

# Voorwoord

Bridge is een fantastische mentale sport. Als kind ervaarde ik hoe mijn mama erdoor gepassioneerd raakte.

Avonden studeren, oefenen, stap voor stap vooruitgang boeken.

Ruim 30 jaar gaat ze elke week 2 keer gaan bridgen. Ik ging zelfs mee op weekend met de bridgeclub.

Bridge brengt mensen samen. Jong, oud, dokters, arbeiders, advocaten, mannen, vrouwen. Het zorgt voor vriendschap.

Bovendien houdt Bridge de geesten scherp, krachttraining voor de hersenen.

Ik sta ervan versteld hoeveel Kortrijk zanen (+400) bridgen. We tellen 7 clubs.

Als cultuurschepen vind ik het schitterend dat deze brochure mensen wegwijs maakt in de wondere wereld van het bridgen.

Ik hoop dat velen de smaak te pakken zullen krijgen en dat daar vooral heel wat fantastische momenten en vriendschappen uit voortvloeien.

Axel Ronse

# Inhoudstafel

## Bridgen in Kortrijk 2012

- Inleiding
- Oorsprong van kaartspel
- Geschiedenis van bridge
- VBL
- Bridge in het IT tijdperk
- Bridge clubs Kortrijk
  - In samenwerking met OCMW dienstencentrum

“t Cirkant Marke

De Condé Kortrijk

De Zevenkamer Heule

- **Onafhankelijke Clubs**

BBK Bridgeclub Bouwbedrijf Kortrijk

Parc Saint Georges Kortrijk

Groeninge Kortrijk

VMBC Vief Marke

- **Bridgen is gezond**
- **Sociaal aspect van Bridgen**
- **Epiloog**

# Het kaartspel is ontstaan

## tussen 1300 en 1400 na Chr.

Het kaartspel zoals we dat tegenwoordig kennen met harten, klaveren, ruiten en schoppen, is ontstaan tussen 1300 en 1400 na Chr. Het spel is vermoedelijk verwant aan veel oudere speelkaarten vermoedelijk uit oude Chinese culturen of andere Aziatische landen. Alle 4 de symbolen uit het alom bekende kaartspel hebben ieder een eigen betekenis.

In de 14de eeuw dook het kaartspel op in Europa (waarschijnlijk in Italië), waar vermoedelijk ook voor het eerst de symbolen harten, schoppen, ruiten en klaveren op de kaarten gebruikt werden. De Symbolen harten, schoppen, ruiten, klaver zijn vermoedelijk afgeleide van andere symbolische figuren als bekers, zwaarden, munten en stokken. Door Europa worden varianten met kleine verschillen gebruikt.



### Harten Karel de Grote

Het symbool harten op speelkaarten wordt ook wel bekers genoemd en staat voor de geestelijke stand.

De historische figuren op de kaarten zijn:

Harten Heer: Karel de Grote

Harten Vrouw: Judith (vastberadenheid)

Harten Boer: Lahire (gezel van Jeanne d'Arc)



### Schoppen Koning David

Het symbool schoppen op speelkaarten wordt ook wel zwaarden of pieken genoemd en staat voor de adel of militaire stand.

De historische figuren op de schoppen kaarten zijn:

Schoppen Heer: Koning David

Schoppen Vrouw: Pallas (wijsheid)

Schoppen Boer: Ogier (vazal van Karel de Grote)



### Ruiten Julius Cesar

Het symbool ruiten op speelkaarten wordt ook wel munten of cirkels genoemd en staat voor handelaren of kooplieden.

De historische figuren op de ruiten kaarten zijn:

Ruiten Heer: Julius Caesar

Ruiten Vrouw: Rachel (vroomheid)

Ruiten Boer: Hector (Broer van Lancelot)



### Klaveren Alexander de Grote

Het symbool klaver op speelkaarten wordt ook wel polostokken of eikels genoemd en staat voor boeren.

De historische figuren op de ruiten kaarten zijn:

Klaveren Heer: Alexander de Grote

Klaveren Vrouw: Argine (vruchtbaarheid)

Klaveren Boer: Lancelot (Ridder van de ronde tafel)

# De geschiedenis van het bridgespel

AUTEUR Gilbert Apers

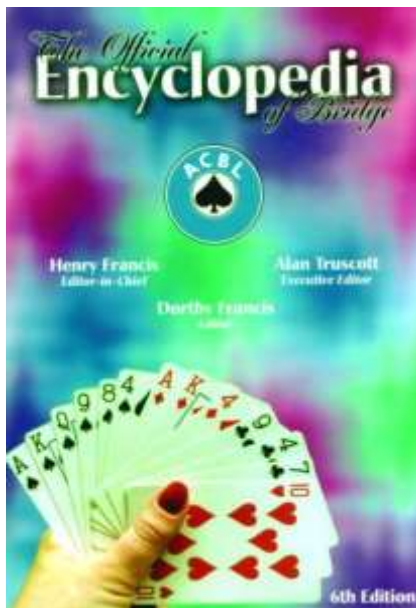
Naar schatting spelen 100 miljoen mensen bridge.

Bij de "Wereld Bridge Federatie" zijn zo'n 100 landen aangesloten en of je nu bridge speelt in Parijs, Tokio of Lint, overal wordt dezelfde "bridgetaal" gesproken.

Bridge is afgeleid van whist, een kaartspel dat in Vlaanderen beter bekend is onder de namen "wiesen", "boomwies" of "kleurenwies". Whist is ontstaan in de 17de eeuw en was erg in de mode onder de Engelse adel van die tijd.



Bij whist kregen de 4 spelers (twee paren van twee partners) elk 13 kaarten van in totaal 52. Het was de bedoeling zoveel mogelijk slagen te halen per paar. Er werd geen troefkleur vastgelegd zoals bij het moderne bridge en de scores waren veel eenvoudiger. Alhoewel het spel nogal eenvoudig lijkt vergeleken met het huidige bridge, verspreidde zijn populariteit zich toch over de andere delen van de wereld, vooral ook in het Midden-Oosten.



De herkomst van het bridgespel ligt in Turkije of Rusland. Er wordt aangenomen dat whist, op het einde van de 19de eeuw, in Turkije evolueerde tot één van de eerste vormen van bridge. Hoe het woord "bridge" is ontstaan, is niet zo duidelijk ... Het spel zou kunnen genoemd zijn naar een beroemde brug in de haven van Istanbul : de "Galata Bridge". Aan de andere kant van de brug lag een koffiehuis. Britse soldaten zouden daar tijdens de Krimoorlog (1853-56) "bridge" hebben gespeeld. "The Official Encyclopedia of Bridge" (5e druk) citeert een brief waaruit blijkt dat bridge al vóór 1886 werd gespeeld in Caïro. Later raakte bridge in Frankrijk bekend onder de naam "khedive", de officiële titel van de Turkse onderkoning. Engelse officieren zouden ermee kennis hebben gemaakt tijdens de Turks-Russische oorlog (1877-78). De naam zou ook kunnen afgeleid zijn van het woord biritch. "Biritch" was een Russisch kaartspel in de 19de eeuw.

Op het einde van de 19de eeuw ontstonden ook het begrip "bieden" (melden hoeveel slagen je zult willen maken) en ook welke kleur eventueel "troef" zal zijn.

De benamingen "doublet" en "redoublet" werden toegevoegd en ook de begrippen "leider" en "dummy" zijn in die tijd ontstaan.



## Contract Bridge

In 1925 ontstond de huidige vorm van bridge. "Ons" contract-bridge werd uitgevonden door de Amerikaan Harold Vanderbilt.

Het werd voor het eerst gespeeld op 1 november 1925, aan boord van het stoomschip "Finland", op weg van San Francisco naar New York.

Op verzoek van Harold Vanderbilt werd een door hem bedachte scoretabel getest.

Een passagier voegde het begrip "kwetsbaar" daaraan toe.

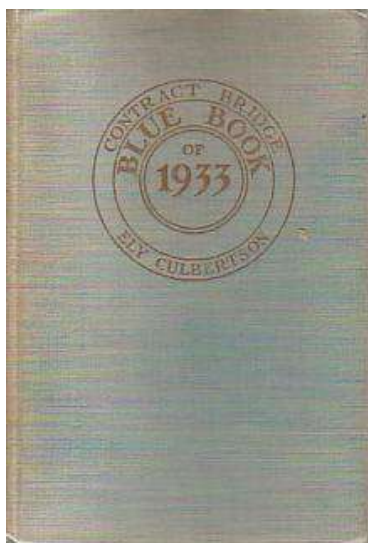
Het was ontleend aan een oriëntaals kaartspel dat ze speelde in China.

Contract-bridge was geboren.

In 1928 werd het eerste kampioenschap gespeeld en het is een eer voor Vanderbilt dat zijn tabel, met wat kleine aanpassingen, nog steeds wordt gebruikt.

"Contract" werd zo genoemd omdat het bridgepaar verplicht werd een bepaald aantal slagen te maken. Het vervullen van het "contract" leidde tot een prijs, het mislukken tot een straf.

Contract-bridge werd zeer vlug populair en het beleefde in de USA zijn gouden tijd in de jaren 1930-1940.



Eén van de [beroemdste bridgers](#) was zeker de Amerikaan Ely Culbertson. Hij maakte bridge als geen ander populair.

Hij ontwikkelde een systeem dat nog steeds wordt gespeeld.

Zijn "Contract Bridge Blue Book" en later het "Gold Book" werden bestsellers waarvan miljoenen exemplaren werden verkocht.

Ze werden beschouwd als de bijbel voor elke contract-bridge speler.

In 1929 introduceerde hij zijn magazine "The Bridge World".

"The Bridge World" was het eerste magazine dat conventies publiceerde zoals "Stayman", "Lavinthal", "Unusual ZT" en "Key Card Blackwood", en ook biedingen zoals "transfer" en "doublet".

Ely Culbertson stichtte "The Culbertson National Studios", een organisatie met o.a. professionele bridgeleraars, die tot 6000 leden telde.



Culbertson fabriceerde en verkocht ook bridgemateriaal en introduceerde o.a. de "Kem-cards". Kem-speelkaarten waren de eerste succesvolle speelkaarten uit plastic. Ze worden in Amerika gemaakt sinds 1934.

Tijdens deze jaren werden heroïsche bridgematches georganiseerd, met als hoogtepunt de match tussen Engeland, geleid door Col.Walter Buller, en de USA met Ely Culbertson. Het resultaat van de match leidde ertoe dat Culbertson beschouwd werd als de autoriteit van het spel.

In 1931 werd dan de legendarische bridgematch [Culbertson-Lenz](#) gespeeld. De match veroorzaakte een nog grotere interesse in contract-bridge.

Toen de match eindigde in een overwinning van het Culbertson-team wedijverde bridge met baseball als het grootste Amerikaanse tijdverdrijf.

De volgende jaren nam de bridgekoorts echter af, maar de interesse in het spel bleef bestaan.

Er ontstonden toen ook verschillende biedsystemen en conventies, waarbij aan een bepaalde bieding een speciale betekenis werd gegeven. De vraag is natuurlijk of dergelijke complexe methoden de aantrekkingskracht van het spel hebben verhoogd. Zeker hebben ze ertoe bijgedragen dat de spelers een zo goed mogelijk contract konden bereiken.



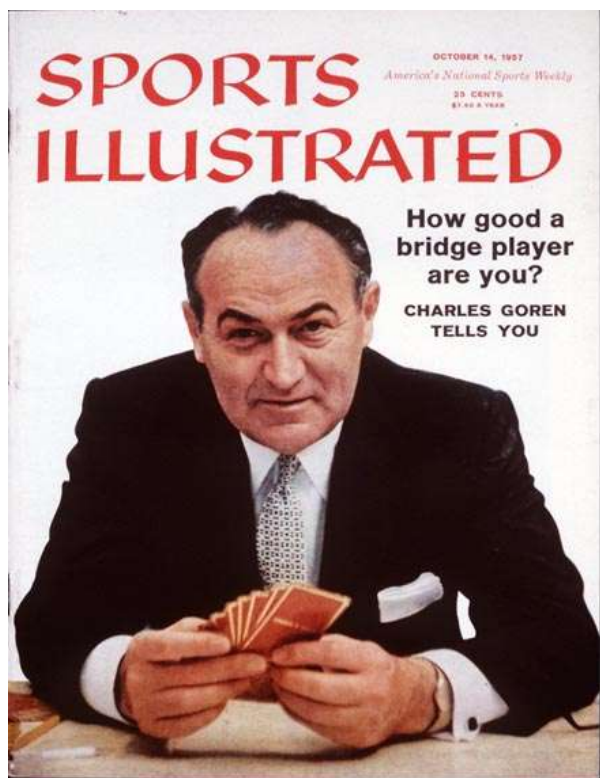
Vanaf 1940 nam Charles Goren de bridgefakkelt over van Ely Culbertson. Men noemde hem "Mr. Bridge". Hij legde de basis voor het "Standard American"-systeem dat gedurende jaren het bridgespel domineerde.

Zijn vaste partner was Helen Sobel-Smith, de eerste vrouw die gekozen werd in de "Bridge Hall of Fame".

Volgens velen was zij de beste speelster aller tijden.

In "Sports Illustrated" stonden vaste bridgecolumns van Goren en ook in "Time" schreef hij over het bridge spel.

Charles Goren was ook diegene die het (honneur)puntensysteem, een methode om de waarde van een "hand" te beoordelen, populair maakte.



Het "gedupliceerde" tornooibridge ontstond in het midden van de 20ste eeuw.

Bij dit soort bridge worden de kaarten bij het einde van het spel doorgegeven aan de volgende tafels, zodat alle paren hetzelfde spel spelen.

Het verschil in resultaat bepaalt dan uiteindelijk de eindscore van het tornooi.

Wereldkampioenschappen per team begonnen in 1950 en werden tot 1957 gedomineerd door de USA. Daarna begon het Amerikaanse bolwerk te wankelen.

Engeland, Frankrijk en later Italië met zijn fameuze ["Blue Team"](#) namen de heerschappij over.

Het "Standard American"-systeem werd verdrongen door het Engelse "Acol" en het Italiaanse "Roman". Volgens de Amerikaanse bridgeschrijver Edgar Kaplan verschaffen ze veel sneller de gewenste duidelijkheid.

In 1957 begon het Italiaanse "Blue Team" aan een ongelooflijke reeks van 10 opeenvolgende overwinningen in het wereldkampioenschap, de "Bermuda Bowl".

Sommige spelers van het "Blue Team" worden gerekend tot de beste bridgespelers ooit.

Tot in 1970 kon de USA de Bermuda Bowl niet meer winnen.



*The original Aces in 1968. Back (left to right): Billy Eisenberg, Mike Lawrence, Bobby Wolff, Bobby Goldman. Front (left to right): Jim Jacoby, Ira Corn. (Photo from AGBL archive.)*



In 1964 besloot de multimiljonair Ira Corn een team te vormen dat het fameuze "Blue Team" zou kunnen verslaan.

Het team staat bekend als de "Dallas Aces" en bestond uit 6 spelers die fulltime bridge bestudeerden en speelden. Zo ontstond het eerste professionele bridgeteam.

De "Aces" wonnen de Bermuda Bowl in 1970 en 1971.

Rond 2007 spelen over de hele wereld meer dan 50 miljoen mensen bridge. Er zijn wereldkampioenschappen bridge in verschillende spelsoorten en er is een Olympiade. In Nederland zijn meer dan 100.000 mensen lid van de bridgebond. De [Nederlandse Bridge Bond](#) is, op de Amerikaanse na, de grootste bridgebond ter wereld. Er zijn meer dan 1000 clubs bij de bond aangesloten, maar er zijn ook veel gezelligheidsverenigingen die zelfstandig bridge beoefenen. Bridge werd toen vooral door de iets oudere mensen beoefend. Tegenwoordig doet ook steeds meer jeugd mee, zowel in Nederland en België als in de rest van de wereld.

In 1993 won het Nederlandse herenteam de [Bermuda Bowl](#), het wereldkampioenschap viertallenbridge. In 2000 behaalde het damesteam de [Venice Cup](#), de vrouwelijke tegenhanger van de Bermuda Bowl. In 2005 won het Nederlands team de open Europese Kampioenschappen. In 2007 deden de dames hetzelfde. In 2007 wonnen de junioren (tot 25 jaar) ook de Europese titel. De [Wereldkampioenschappen bridge 2011](#) werden in het Nederlandse Veldhoven gehouden. Daar wonnen de Nederlandse mannen de Bermuda Bowl en werden de Nederlands vrouwen derde in de Venice Cup.



Onze liga vertegenwoordigt de georganiseerde bridgers in Vlaanderen.

De VBL verenigt ongeveer 125 bridgeclubs verspreid over heel Vlaanderen met in totaal zowat 5.400 actieve bridgespelers.

Elders op onze website kan je een overzicht vinden van de vele diensten die we aanbieden aan clubs en spelers.

De VBL is de Vlaamse vleugel van de Belgische Bridge Federatie ([BBF](#)).

De BBF is op haar beurt lid van de European Bridge League ([EBL](#)) die voornamelijk instaat voor de Europese Kampioenschappen.

De EBL vertegenwoordigt dan weer de Europese zone in de World Bridge Federation ([WBF](#)) die er toezicht op houdt dat de spelregels wereldwijd identiek zijn en die uiteraard de wereld-kampioenschappen organiseert.

Bridge werd als sport erkend door het Internationaal Olympisch Comité (IOC) maar staat zoals vele andere sporten niet op het programma van de spelen. Daardoor is de WBF samen met vele andere sporten lid van de Association of Recognized IOC International Sports Federations ([ARISF](#)).

Jammer genoeg is bridge in Vlaanderen niet erkend als sport door het BLOSO, net zo min als de andere denksporten (schaken en dammen).

Je vindt op onze website meer informatie over het enige kaartspel dat wereldwijd op een identieke manier gespeeld wordt: bridge.

Wil je onze denksport leren kennen, neem dan contact op met ons: [info@vbl.be](mailto:info@vbl.be) of telefoon 03.286 07 58. Wil je leren bridge spelen en een lessenreeks voor beginners volgen, dan vind je alle informatie op de pagina [startcursussen](#). De meeste lessen starten in september (de lijst met cursussen wordt voortdurend aangevuld).

# Bridge in het IT-tijdperk door Wim Vanparrys

De informatica heeft niets veranderd aan het bridgespel zelf maar fantastisch veel mogelijkheden ter beschikking gesteld van bridgespelers en organisatoren van toernooien en clubavonden.

De bridgespelers kunnen hun vaardigheden thuis aanscherpen door middel van oefenprogramma's zowel voor het bieden als het (tegen)spelen zelf. Vele programma's zijn gratis beschikbaar of kunnen aangekocht worden. Op een aangename didactische manier worden nieuwe conventies of nieuwe speeltechnieken aangeleerd. Meestal wordt een voorbeeld getoond, uitgelegd en daarna kan de speler zelf oefenen op een aantal duidelijke giften.

Een bridgeavond duurt gemakkelijk enkele uren dank zij de online bridgetafels kunnen de bridgespelers die maar een uurtje tijd hebben toch even aan een virtuele tafel aanschuiven om een aantal giften te spelen. De meeste sites zijn gratis en goed bevolkt waardoor er op elk moment van de dag wel iemand aanwezig is om te spelen. Bridge is immers een internationaal spel waarbij de taal van de spelers een minimale rol speelt.

Voor de organisatoren van een toernooi is het IT tijdperk zuivere tijdswinst. De uitslag moet immers niet meer met de hand berekend worden maar door middel van een softwareprogramma. De voordelen zijn navenant: het gaat veel sneller en de kans op fouten is minimaal.

Sommige clubs gaan zelfs nog verder en maken gebruik van een "bridgemate". Deze kleine computers staan op elke bridgetafel en laat de persoon die in noord zit (de verantwoordelijke van de tafel, de giften & de bridgemate) de score direct invullen - eventueel samen met de eerst gespeelde kaart. Van zodra een score is ingevoerd wordt die draadloos doorgestuurd naar de computer die de score berekent. Het grootste voordeel voor de spelers, van deze bridgemates is dat men de andere resultaten van de gespeelde gift kan zien en onmiddellijk -in percentage- hoe goed men deze gift gespeeld heeft. Voor de spelleiding is het gebruik van de bridgemate zuivere tijdswinst.

Eens de resultaten verwerkt zijn en de uitslag bekend, kunnen deze resultaten op de website van de Vlaamse Bridge Liga gezet worden. Deze resultaten kunnen dan door de bridgespelers geanalyseerd worden om te kijken waar men de meeste punten verloren heeft of welk resultaat andere spelers behaald hebben op moeilijke giften.

Dankzij het IT-tijdperk is er een waaier aan mogelijkheden bijgekomen voor de fervente bridgers en organisatoren van bridge-evenementen.

Hier volgen enkele links (CTRL en klikken)

[Bridge Base on Line BBO](#)

[Startersbridge](#)

[Jack bridge tegen computer \(te betalen\)](#)

[Jack bridge tegen computer demo](#)

[Stepbridge](#)

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

<http://www.vbl.be/messeruitslagen.aspx>

## **- Bridge clubs Kortrijk**

- **In samenwerking met OCMW dienstencentrum**

**“t Cirkant Marke**

**De Condé Kortrijk**

**De Zevenkamer Heule**

- **Onafhankelijke Clubs**

**BBK Bridgeclub Bouwbedrijf Kortrijk**

**Parc Saint Georges Kortrijk**

**Groeninge Kortrijk**

**VMBC Vief Marke**



## Bridgeclub De Condé

Gesticht in oktober 1995 door Achiel Bens die al sinds 1992 bridge les gaf in St Jozef.

Opgevolgd door Michel Albers, Alfred Mulleman, Antoon Blokkeel en Ignace Vanneste, sedert 2024 neemt Paulette Verfaellie de fakkel over .

Het dienstencentrum van de stad Kortrijk stelde in St Jozef de nodige lokalen ter beschikking van de club. Het adres is **St Jozef , De Condé dreef 16, 8500 Kortrijk**.

Het lidgeld is 20 € per jaar en er is geen tafelgeld voorzien voor de leden.

Ook niet leden zijn welkom en betalen 2€ tafelgeld per persoon.

Op maandag spelen we in d cafetaria van de WZ St jozef, Condédreef 16, 8500 Kortrijk

Op woensdag spelen wij in de cafetaria van de WZ De Pottelberg, Pottelberg 1 ,8500 Kortrijk

Op vrijdag spelen wij in de cafetaria van de Heerlyckheid Hoog Mosscher, Hoog Mosscher 1, 8500 Kortrijk.

Er wordt telkens gestart om 14 uur maar graag uw aanwezigheid om 13 uur 45 dit om de indeling van de tafels samen te stellen.

Nieuwjaarsdrink op de eerste bridgenamiddag van het jaar en een kerstdiner einde december zijn traditie geworden. Evenals een minitornooi voor de leden in de lente.

Sinds einde 2010 is er ook een blog [www.bloggen.be/conde](http://www.bloggen.be/conde) waar de resultaten worden gepubliceerd.

Het doel van de club is om senioren aangename en ontspannende bridgenamiddagen te bezorgen in een gemoedelijke sfeer met vele sociale contacten. Ook niet senioren zijn welkom. De club heeft een groot aantal zeer goede en ervaren bridgers en de beginnelingen worden goed ontvangen en geholpen. Er zijn momenteel een 60tal leden.

U kunt langs de blog contact opnemen met de club.(klikken op “email mij”) of via het emailadres van de secretaris : [edgh@telenet.be](mailto:edgh@telenet.be)



## Bridgeclub 't Cirkant Marke

Het begon allemaal met introductie- of kennismakingscursus bridge ingericht door het dienstencentrum te Marke in het najaar van 2002. 16 belangstellenden schreven in en volgden van september 2002 tot april 2003 een lessenreeks van 14 namiddagen onder leiding van Antoon Delbarre. Dit stond in feite "aan de wieg" van onze bridgeclub 't Cirkant te Marke.

Van september 2003 tot april 2004 volgde een tweede lessenreeks met nog veel meer uitleg over spelregels en speelwijze van het "Bridgen"

De donderdag werd onze vaste bridgenamiddag. Met 16 deelnemers waren wij heel tevreden met 3 of 4 tafels te kunnen bridgen. De uitslag werd toen manueel berekend. Op aandringen van de centrumleider kwam er een club met een bestuur (leden Jaqueline Ceuninck, Trees Vandewiele en André Warlop voorzitter)

In 2004/2005 volgde een nieuwe lessenreeks met nieuwe geïnteresseerden, deze sloten zich bij onze club aan in de zomer van 2005 zodat wij geregeld met 5 tafels en meer konden bridgen.

Ondertussen schreef Frans Labaere (hierbij geadviseerd voor wat het bridgespel betrof door Walter Verriest) een computerprogramma voor berekening resultaat en waren we verlost van de manuele uitrekening van 't resultaat.

De volgende jaren kende onze club steeds meer bijval en nu 10 jaar na 't begin telt onze club 60 leden en 6 kandidaten op de wachtlijst.

We kunnen slechts 14 tafels plaatsen en slechts max. 56 leden laten bridgen.

De leden hebben met inachtneming van strikte regels "speelvoorrang".

Recreatief bridgen is ons motto. Een gezellige bridgenamiddag beleven primeert op competitiviteit. Dit vindt U ook terug in ons "Huisreglement", we verwachten dan ook van alle leden en toevallige spelers dat ze dit "Huisreglement" aanvaarden.

### DE BRIGDENAMIDDAG OP DONDERDAG

- We starten ten laatste om 13.45u en eindigen om 17.15u. Om praktische redenen vragen wij tijdig aanwezig te zijn. (indien mogelijk 13u30-13u35) zodat na de vierde ronde ( rond 15u20 ) een stop van +/- 20 minuten kan worden voorzien. We vervolgen spelronde 5 ten laatste om 15.45u
- In principe verlaat niemand de bridgesessie voordat zij/hij de laatste gift heeft gespeeld

### OOK NIET ONBELANGRIJK

- In onze club ligt bij 't bridgespel vooral de nadruk op 't recreatieve en minder op 't competitieve.
- We scoren wel graag hoog maar willen een aangename sfeer behouden.
- Enige lof voor verdienstelijke partner, en eigen fouten erkennen bevordert de sfeer.

### 2024 een jubileumjaar voor onze bridgeclub:

We starten ons 20st bridgejaar in het wijkcentrum:

Er zijn nog 42 leden en wij bridgen iedere donderdag met geregeld negen tafels

Ons bestuur : Trees Vandewiele, Jan Folens, Jan Nollen  
en Voorzitter André Warlop



## Bridgeclub: De Zevenkamer Heule

Oprichting: Gestart in September 1998 , Lesgever A. Labaere  
Initieel zijn we toen gestart met 20 bridgers in DC Ter Melle  
Mellestraat 15 8510 Heule

Actueel lokaal: Dienstencentrum De Zevenkamer, Peperstraat 141 8510 Heule  
Lidgeld € 15 jaarlijks, niet leden betalen € 1,5 per occasionele deelname  
Elke dinsdagnamiddag bridgen we van 13u30 tot 17u00  
Er worden 7 rondes van 3 giften gekaart

Leden: Eind 2020 hadden we 37 leden (kwam neer op gemiddeld 8 à 9 tafels)  
Tijdens de covid-periode werd er niet meer live gekaart, maar bleven we actief op BBO (Bridge base online).  
Eind 2021 konden de bridge-namiddagen opnieuw 'normaal' doorgaan  
Actueel (eind 2023) tellen we nog 25 leden

Evenementen: Algemene ledenvergadering begin Januari  
Jaarlijks is er een feestdiner voor de leden en hun partner  
Er worden jaarlijks 3 à 4 bestuursvergaderingen gepland

Bestuur: Patrick Beyens, Jan Nollens, Frans Staessens, Roland Dufraimont, JP Claus  
Voorzitter: Patrick Beyens, Pestelstraat 8 8510 Marke, 056/227339  
Contactpersonen: [beypat8@gmail.com](mailto:beypat8@gmail.com)  
[jannollens@gmail.com](mailto:jannollens@gmail.com)

Sfeer: We zijn een kleine groep leden die reeds meerdere jaren samen spelen waardoor er een gezellige sfeer is ontstaan; nieuwelingen worden vlot opgevangen en opgenomen in de groep. Na elke bridgenamiddag worden de resultaten via email opgestuurd. naar alle leden .  
De resultaten zijn ook te vinden op [www.blog.seniorennet.be/bridgezevenkamer/](http://www.blog.seniorennet.be/bridgezevenkamer/)



De **thuisbasis** van onze club bevindt zich nu nog in de Herberg St-Jan, Markeplaats 7, 8510 Kortrijk-Marke, maar vanaf 18 september 2023 verhuizen wij naar De Zevenkamer, Peperstratt 141, 8501 Kortrijk-Heule.

Onze wekelijkse activiteiten zijn de volgende:

- **clubturnooi** elke donderdag van 19:30 tot ongeveer 23:00.

eerste donderdag van de maand: individueel kampioenschap

tweede donderdag van de maand: mixed pairs trophy

derde donderdag van de maand: vaste paren

vierde donderdag van de maand: patton

vijfde donderdag van de maand: vrij

- **begeleid bridgen** op een gemoedelijke manier voor beginners en half-gevorderden op maandagavonden van 19u00 tot ongeveer 22u30. Eenmaal per maand worden ook de meer gevorderden aangemoedigd om samen met beginners te spelen, zodat hun niveau kan worden opgekrikt en hun zelfvertrouwen groeit.

Bij voldoende interesse worden ook lessen gegeven voor beginnende bridgers. Deze lessen gaan door in ons clublokaal op maandagavond van 18u45 tot ongeveer 22u30. De nieuwe reeks lessen start dit jaar op 18 september 2023. Voor de lessenreeks van 2 maal 10 lessen wordt een bijdrage van 98€ gevraagd.

Voor verdere info en inschrijvingen kan je terecht bij de lesgever Patrick Vermael (e-mail: [patrickvermael@gmail.com](mailto:patrickvermael@gmail.com) of telefoon: 0473 920669)

Ook voor het opfrissen van sommige aspecten van het spel zijn wij van plan geregeld bijkomende lessen te organiseren.

Voor meer info kun je altijd mailen naar [BridgeBK8500@gmail.com](mailto:BridgeBK8500@gmail.com)



## Bridgeclub Groeninge

Voor de oorsprong van onze club moeten we terugkeren naar de naoorlogse periode toen een aantal bridgers van het eerste uur elkaar vonden en elkaar regelmatig ontmoetten in Het "Grand Hotel" te Kortrijk, gelegen aan de Doorniksestraat (waar zich nu de C & A bevindt). Onder leiding van Vrederechter Vandeputte (vader van ons lid Miek Vandeputte) ontstond een bridgeclub waar de vier V's een team vormden die in de viertallencompetitie op het hoogste niveau gespeeld hebben. Naast voornoemde Vrederechter Vandeputte speelden daar Fernand Verstraete (man van Moeke) André Valcke (die later aan de wieg zou staan van bridgeclub Waregem en gewaardeerd bridgeleraar werd in vele clubs) en de jong overleden Didier Vanrobaeys. Enkele andere bridgers van het eerste uur waren o.a. Alphonse Druant, Emma Verstraeten (Moeke) Marcel Hellebuyck, Willem Dedeken, Omer Desschans. Na het afbreken van het Grand Hotel (om plaats te maken voor de C & A) is de vereniging uitgeweken naar de lokalen van het Bouwbedrijf in de Stationsstraat te Kortrijk en kreeg de naam van dit nieuwe lokaal.

In de jaren 70 groeide de club verder uit onder de leiding van Noël Kemel die toen voorzitter en lesgever was. Een ganse generatie bridgers werd toen door hem gevormd waaronder enkele die nu nog in onze club spelen (Antoon Labaere, Philippe Degraeve, Dirk Thurman, Guy Vantongel .....).De club had toen een vaste clubavond per week op vrijdagavond.

In de late jaren 80 en eerste jaren 90 werd Antoon Labaere (die het grootste aantal bridgers in onze regio heeft opgeleid) de drijvende kracht van de club. Toen werden door hem en Jules Vandevoorde simultaan lessenreeksen georganiseerd waar een opnieuw een aantal bridgers werden gevormd die nu nog altijd het Kortrijkse bridgegebeuren kleuren. Even ervoor werd eveneens een groep bridgers opgeleid door Roger Verheecke. Door deze groep ontstond de maandagavond als tweede clubavond. (in het Hotel Dorian te Kuurne, wegens het niet beschikbaar zijn van de bridgezaal in het Bouwbedrijf op maandagavond).

Midden de jaren 90 ontstonden er heel grote spanningen binnen de club zodat in 1996 door een groot deel van de leden en het bestuur een nieuwe club werd opgericht, die eerst Bridgeclub Zuid- West-Vlaanderen heette en (wegens te lange naam) nadien werd omgedoopt tot Bridgeclub Groeninge.

Een nieuwe vaste stek voor de club werd gevonden in de gelagzaal van "Het Vlaams Huis" Groeningestraat 19 te Kortrijk.

Na Antoon Labaere werd het bestuur een viertal jaren geleid door Jozef Debock en sedert een tiental jaren groeit en bloeit de club verder geleid door een bestuursploeg onder voorzitterschap van Patrick Meyfroot. In die periode werden ook een aantal bridgers gevormd door André Therry.

Het bestuur bestaat thans uit voorzitter Patrick Meyfroot, penningmeester Ingrid Bortier, Annie Logier, Chris De Geest en Walter Deleu.

Sedert enkele jaren heeft Bridgeclub Groeninge een eigen website (dank aan Patrick Vandorpe) waar alle informatie, uitslagen, kalender en nog veel meer kunnen geraadpleegd worden: [www.bridgeclubgroeninge.be](http://www.bridgeclubgroeninge.be)

Bridgeclub Groeninge organiseert drie clubtornooien per week, nl. op maandag- (om 19.00 uur) en op dinsdagnamiddag en vrijdagnamiddag(13.45 uur).

Op initiatief van Antoon Labaere zijn er binnen onze clubtornooien een grote diversiteit aan competities (vaste paren, mixte, butler, vrije paren)

Alle clubtornooien gaan door in “Het Brugske”, Watermolenwal 17, 8501 Heule-Watermolen, sedert 2015 de vaste stek van de club.

Het tafelgeld bedraagt 2 € en de derde deelname per week is gratis.

Nog even vermelden dat Alain Labaere (zoon van Antoon) zijn eerste stappen in de bridgewereld gezet heeft in onze club. Deze talentvolle jongeman maakte kennis met bridge door zijn vader te vergezellen op zijn bridgetornooien. Heel vlug bleek dat Alain zeer veel talent had en na korte tijd in onze club te hebben gespeeld werd hij gevraagd om te spelen bij de sterkste club van het land (de Brusselse club BCCB).

Met ploegen van deze club werd Alain meerdere keren kampioen van België en is hij nog steeds een van de beste (wellicht de beste) Belgische bridger. Ook op Europees niveau is Alain een gekend bridgespeler.

Sedert begin 2024 is er de benaming “Bridgeclub Leieland” een samenwerking opgestart met Bridgeclub Bouw Kortrijk met de bedoeling om in de toekomst te fusioneren. Iedere vierde donderdag is er een patton in samenwerking met Bridgeclub Bouw.

Contact : Op onze website [www.bridgeclubgroeninge.be](http://www.bridgeclubgroeninge.be) zijn alle contactgegevens te vinden .



## Parc Saint-Georges

In een prachtig domein met veel groen in de Doorniksewijk te Kortrijk ligt Het Parc St.Georges een **privéclub** met veel mogelijkheden voor de leden. Dit domein heeft een prachtige geschiedenis

**De Tennisclub** is gesticht in 1882 beschikt over meerdere open en overdekte tennisbanen. en telt nu 200 leden.

**De Hockeyclub** is gesticht in 1933 en telt nu 300 spelende leden

### **De afdeling Bridge**

De bridgeclub werd opgericht in de jaren 60 en telt vandaag ongeveer 40 actieve leden.

Men kan er lessen volgen, competitie spelen onder vorm van clubkampioenschap, interclubs, fiets-bridge rally's, de Valentijnbridge, table-up, ontmoetingen met andere clubs (entente Tournaisienne, amicale Flanders Witte Beer,...).

Alle nuttige inlichtingen op website [www.saintgeorges.be](http://www.saintgeorges.be)

Begin 2015 contacteert Nadine Fiems (verantwoordelijke VIEF W-VL.) Martine Seys om te brainstormen over vernieuwing en uitbreiding van de activiteiten binnen Vief. Martine denkt onmiddellijk vanuit een persoonlijke interesse aan een cursus bridge.

Hierna wordt Karel Vandamme (bridgedocent Vlaamse Bridge Liga) door Nadine aangezocht om bridgelessen te geven in Marke. Een eerste lessenreeks start op 4 maart 2015 in het OC in Marke met 8 geïnteresseerden.

En de groep begon te groeien met ook o.a. studenten uit de regio Roeselare. Ondertussen, najaar 2017, is de groep sterk gegroeid en onder impuls van Karel Vandamme wordt beslist om een zelfstandige club op te richten, aangesloten bij VBL en Vief.

Een eerste bestuur wordt gevormd met Martine Seys als voorzitter en Karel Vandamme als penningmeester en nog 3 bestuursleden. Op 1/7/2018 gaan we van start als de Vief Marke Bridge Club, afgekort VMBC.

Maar dan kwam corona met de lockdowns roet in ons clubleven gooien.

Dan hebben we bewezen dat we een hechte club zijn. Zoom sessies, geleid door Karel, als les- en babbelmoment en iedere keer gevolgd door een toernooitje op BBO (Bridge Base Online) werden georganiseerd. We hebben dus de jonge club verdergezet op een digitaal platform.

Aanvang 2024 zijn er 40 leden in onze club. We spelen elke woensdagavond in OC Marke, van 19h00 tot 22h00 een toernooi van 18 of 20 giften.

In 2022 waren er gemiddeld 25 bridgers aanwezig, wat onderstreept dat de meeste leden zeer regelmatig komen. Voorlopig record is 9 tafels.

We organiseren regelmatig themalessen, gegeven door Karel, en we verwelkomen regelmatig nieuwe leden. Van tijd tot tijd organiseren we activiteiten, die losstaan van bridge om de verbondenheid onder de leden te versterken (vb een weekend,...)

We onderhouden goede contacten met de VBL clubs uit de regio (vb kroegentocht in samenwerking met BBK,...)

Tot slot onze clubfilosofie: respectvol met elkaar omgaan in een leuke, gezellige en een gezonde wedstrijdsfeer.

---

Contact: VMBC (Vief Marke Bridge Club)  
p/a Karel Vandamme  
Kwadepoelstraat 19  
8550 Zwevegem  
bridge@viefbc.be  
www.viefbc.be

## “BRIDGE GEZOND”

*(bron EOS-magazine-bridgecontact)*

Het mag eigenaardig lijken maar de bewijzen dat bridge bijzonder goed is voor zowel de geestelijke als de lichamelijke gezondheid stapelen zich op. De vaststelling “Gezond door Bridge” komt uit een reeks onverdachte, uiterst wetenschappelijke bronnen.

Begin jaren ‘80 ontdekte de universiteit van Leiden dat de mensen met de meeste weerstand tegen allerlei seneliteitsverschijnselen, de actieve bridgers zijn. Een Amerikaanse studie uit 1999 door de Harvard University, het Rush Institute en de Yale University, toonde aan dat bridge een betere invloed heeft dan allerlei fitnessactiviteiten op de levensverwachting van oudere mensen. Onlangs stelde men tijdens een onderzoek in Engelse scholen vast dat 10-jarigen, die een opleiding minibridge volgden in hun school, plots veel beter beginnen te scoren in hun examens wiskunde.

Maar het meest onwaarschijnlijke verhaal komt weerom uit de USA. Een onderzoeker van Berkely University in San Francisco ontdekte dat actieve bridgers een grotere weerstand tegen allerlei ziektes hebben dan de gemiddelde mens omdat hun immuunsysteem versterkt is. Die laatste ontdekking wordt o.a. door CNN de wereld ingestuurd via hun overbekende website [CNN.com](http://CNN.com). CNN laat er geen gras over groeien want hun artikel van 9 november begint spectaculair: “Playing bridge boosts immune system”.

Onderzoeker Marion Cleaves Diamond schrijft : Bridgers moeten vooruitzien, van alles onthouden, initiatief tonen en allerlei zaken op een rijtje zetten. Mentale uitdagingen die allemaal te maken hebben met dat deel van de hersenen waarvan men denkt dat ze een rol spelen bij het immuunsysteem. Diamond nam bloedproeven van een groep bridgers voor en nadat ze een wedstrijd speelden van anderhalf uur. Na de wedstrijd bleek het aantal witte bloedcellen beduidend hoger te zijn. Een interessante conclusie ofschoon men nog niet met zekerheid durft te stellen dat de toename consistent is en dus ook daadwerkelijk effect heeft.

Het idee echter, dat verhoogde hersenactiviteit in het deel van de hersenen dat onder meer door bridge gestimuleerd wordt, uiteindelijk een positief effect zou hebben op het bestrijden van ziekten, maakt verder onderzoek zeer gewenst.

Aan de universiteit van Californië ontdekten onderzoekers dat mensen die tot op hoge leeftijd een actief gedachteleven onderhouden, gemiddeld een stuk ouder worden dan mensen die op de duur hun hersenen niet meer gebruiken. Zij onderzochten de lengte van de zenuwvezels (dendrieten) van twintig overleden proefpersonen. Hun aandacht ging speciaal naar het “centrum van Wernicke”, een hersencentrum dat betrokken is bij het begrijpen van taal. Mensen die tijdens hun leven veel intellectuele arbeid hadden verricht hadden ook erg lange dendrieten. Deze mensen werden gemiddeld ook ouder.

Ruim tien jaar geleden onderzocht men aan de universiteit van Nijmegen de dementie bij ouder wordende personen. De deelgroep die het minst te lijden had van dit tragische verschijnsel waren, jawel... de actieve bridgers.

# De Health voordelen van het Bridge spelen

Door [Poppy R Smith](#)

Een studie van Berkeley University toonde aan dat er significante voordelen voor de gezondheid zijn bij het leren en spelen van bridge.

Het was in het jaar 2000 dat professor Marian Diamond aantoonde dat het spelen van bridge het immuunsysteem versterkt. Bridge vereist concentratie en terwijl je speelt worden de hersenen actief gehouden en gestimuleerd. Het lijkt erop dat dit uw immuunsysteem versterkt.

Professor Diamond wilde weten of het mogelijk was om je immuunsysteem te stimuleren door de dorsolaterale cortex te gebruiken. Hij riep de hulp in van twaalf dames tussen de 70 en 80 jaar. Hij nam bloedmonsters en vroeg hen om bridge te spelen voor een uur en een half. Daarna werd hun bloed opnieuw getest. Maar liefst tweederde van deze dames was toegenomen niveaus van T-cellen in hun lichaam - de cellen die worden gebruikt om infecties te bestrijden.

Veel mensen vinden dat als ze ouder worden hun hersenwerking lijkt te vertragen. Net als spieren kun je de hersenen beter doen functioneren door ze meer te gebruiken. Nu de mensen langer leven willen ze ook alert blijven met een goede hersenfunctie om ten volle van deze langere levensduur genieten te kunnen genieten.

Regelmatig bridgen stimuleert je hersenen en zorgt ervoor dat uw geheugen actief en je hersenen alert blijven. Het bridgespel vereist een inspanning door het gebruik maken van wiskunde, strategie en concentratie. Er is een oud gezegde "use it or lose it" - het spelen van bridge helpt u om "use it". Terwijl spelletje bridge speelt zijn je hersenen zeer actief. De beoordeling van je hand, het bedenken van de beste bieding, en het inschatten van de andere biedingen en het spelen zelf zijn intens hersenwerk.

Voor beginnende bridgers is niet alleen het leren van de biedingen(meer geheugenwerk) maar vooral het leren van strategieën om te spelen zeer belangrijk. Dit deel van het spel is een van de grootste mentale uitdagingen, waarvoor u zich moet concentreren en geconcentreerd blijven gedurende het hele spel.

Zijn er nog andere voordelen voor de gezondheid aan het spelen van bridge? Natuurlijk zijn er. Je zult mensen ontmoeten en genieten van een actief sociaal leven. In plaats van thuis te zitten en zich ellendig en eenzaam te voelen hebt U bij het bridgen veel meer gesprekken en menselijk contact aangezien er ook vele uitstappen en reizen georganiseerd worden door bridgeclubs waar naast dagelijks een bridgedrive ook wandelingen en andre sportieve mogelijkheden zijn om ook fysiek fit te blijven.

Op het internet zijn er ook vele mogelijkheden om te bridgen met dezelfde voordelen voor de gezondheid. [No Fear Bridge](#) is de perfecte plek om te oefenen en te leren met honderden interactieve handen om te spelen, quizen, tutorials, flash cards en nog veel meer.

Bron van het artikel: [http://EzineArticles.com/?expert=Poppy\\_R\\_Smit](http://EzineArticles.com/?expert=Poppy_R_Smit)

# Onderzoek Bridge en het Brein

Bridge en het Brein vormen het onderwerp van het scriptieonderzoek van Marijke Koppen, student Psychologie aan de Open Universiteit. Een onderzoek waarin de NBB natuurlijk geïnteresseerd is. Bridge is ontspanning én inspanning, maar traint bridge ook het brein? Een belangrijke vraag want na je 30ste verlopen de hogere hersenfuncties trager, je cognitie gaat achteruit. Het geheugen wordt minder, informatie wordt langzamer verwerkt, plannen gaat moeizamer evenals de aandacht erbij houden. De vraag is nu, hoe kun je succesvol ouder worden en optimaal blijven functioneren? De beste manier om het brein fit te houden, is door goed gebruik. Onze hersenen zijn plastisch, ze zijn tot op hoge leeftijd heel flexibel. Er zijn sterke aanwijzingen dat je door training, zeg maar breinjoggen, belangrijke hersenfuncties in conditie kunt houden. Breinjoggen is een combinatie van actief denken én lichamelijk en sociaal actief zijn. Het brein verdient stimulering en uitdaging, en bridge vormt zo'n uitdaging. Bridge doet een beroep op vele hersenfuncties, zoals plannen van het afspel, beoordelen en onthouden van kaarten, zien van volgorde en samenhang, nemen van beslissingen; kortom het is behoorlijk inspannend. Bridgen zou een gezonde en gezellige wijze kunnen zijn om succesvol ouder worden!

Het Effect van Breinjoggen op Cognitie bij Gezonde Ouderen en de Invloed van Motivatie  
Marijke Koppen

## Samenvatting

*Doel:* Doelstelling van dit onderzoek is onderzoeken of bridgen –als een functie van breinjoggen (cognitieve, sociale en fysieke activiteit), invloed heeft op cognitief functioneren bij gezonde ouderen, en of motivatie dit verband modereert. Op basis van de concepten cognitieve reserve en *use it or lose it* blijkt dat uitdagende activiteiten bescherming bieden tegen cognitieve achteruitgang. Met de socio-emotional selectivity theorie is beargumenteerd dat dit verbeterd kan worden door interactie met motivatie.

*Methode:* Deelnemers bestonden uit een steekproef van 168 bridgers geworven via de Nederlandse Bridge Bond (NBB) en 81 niet-bridgers, geworven door de bridgers. Beide groepen zijn vergelijkbaar qua leeftijd (leeftijdsbereik 55-88 jaar) en opleidingsniveau. Crosssectioneel data zijn verkregen via een online survey, waarbij de verkorte vertaalde Metamemory in Adulthood (MIA; Ponds & Jolles, 1996a) en de Cognitive Failure Questionnaire (CFQ; Ponds, van Boxtel & Jolles, 2006) voor de subjectieve uitkomstmaten zijn gebruikt.

Breinjoggen is gemeten met zelfgerapporteerde items, en geaggregeerde compound-scores van de RAND-36 (Van der Zee & Sanderman, 1993) zijn gebruikt om mentaal en fysiek functioneren te meten. De verkorte vertaalde Achievement Motivation Scale-Revised (AMS-R; Lang & Fries, 2006) meet Hoop naar succes en Angst voor falen. Bridgen is met zes vragen vastgelegd.

*Resultaten:* Er zijn geen effecten voor breinjoggen op cognitief functioneren gevonden.

Beïnvloedt Bridge het Brein?

Daarentegen zijn er wel substantiële significante effecten gevonden voor Hoop naar succes en Angst voor falen op de uitkomstmaten.

*Conclusie:* De resultaten indiceren dat bridgers met een hoge motivatie voor succes, meer vertrouwen hebben in de effectiviteit van hun geheugen en meer gevoel van controle over het geheugen ervaren vergeleken met de controlegroep. Bridgers met een hoge motivatie om falen te vermijden, ervaren mogelijk minder cognitief falen. Dit duidt erop dat motivatie bij bridgers gunstige effecten op cognitie kan hebben en bij kan dragen aan succesvol verouderen.

Resultaten van een Nederlands onderzoek

# Bridge en sportieve wensen van ouderen

© *W.J.H. Mulier Instituut*

*'s-Hertogenbosch, maart 2011*

Froukje Smits

Agnes Elling

in opdracht van de Nederlandse Bridge Bond

*W.J.H. Mulier Instituut  
Centrum voor sociaal-wetenschappelijk sportonderzoek  
Postbus 188  
5201 AD 's-Hertogenbosch  
t 073-6126401  
f 073-6126413  
e [info@mulierinstituut.nl](mailto:info@mulierinstituut.nl)  
i [www.mulierinstituut.nl](http://www.mulierinstituut.nl)*

# 1. Inleiding en werkwijze

## 1.1 Achtergrond en aanleiding voor het onderzoek

De sportdeelname van ouderen in Nederland is de laatste jaren flink gestegen. Onder 50-64 jarigen is de sportdeelname tussen 1983 en 2007 bijna verdubbeld (van 29% naar 55%) en voor de leeftijdscategorie van 65-79 jaar is een nog sterkere stijging waar te nemen (van 15% naar 41%), zie Kamphuis & van den Dool, 2008 (vergelijk ook Elling 2010a). De forse toename van het aantal seniore sporters is ook terug te zien in de stijging van het sportverenigingslidmaatschap onder ouderen, hoewel ouderen bij de meeste sportverenigingen in de minderheid zijn (Van Kalmthout & de Jong, 2010).

De Nederlandse Bridge Bond (NBB) behoort tot de tien grootste sportbonden in Nederland met 115.549 leden (NOC\*NSF, 2009). In tegenstelling tot de meeste andere sportbonden bestaat de achterban van de bridgebond nauwelijks uit jeugdleden, maar behoort de meerderheid tot de 55-plussers.

Tussen de jaren 2000-2009 is het aantal bridgers dat lid is van de bond gestegen met ruim 4.000 leden, wat neerkomt op een toename van vier procent. Deze toename is vergelijkbaar met de groei van de Nederlandse bevolking als geheel, maar blijft achter bij de relatieve groei onder 40-65 jarigen (14%) en 65-80 jarigen (11%), de belangrijkste 'ledenvijver' voor de NBB. Door laagdrempelige introductietrajecten zoals 'Denken & Doen' kan de NBB de bridgesport toegankelijker maken voor een grotere groep ouderen.

Binnen het sportstimuleringsprogramma Nationaal Actieplan Sport & Bewegen (NASB) van de landelijke overheid, richt de NBB zich met het project 'Denken & Doen' op het maatschappelijk activeren van ouderen (NBB, 2010a, 2010b). Na drie gemeentelijke pilotprojecten in 2008, is de NBB begin 2009 van start gegaan met introductiecurssussen in tien gemeenten, in het najaar gevolgd door nog tien gemeentelijke projecten. Ook in 2010 zijn in respectievelijk acht en zes gemeenten 'Denken & Doen' projecten gestart. De filosofie van het project is om ouderen door middel van een laagdrempelige activiteit te stimuleren om (geestelijk) actief te blijven en andere ouderen te ontmoeten, waarmee ze ook overige (beweeg)activiteiten kunnen ondernemen.

Deze 'Denken & Doen' projecten verlopen succesvol, gezien de overschrijving van de in samenwerking met gemeenten geïnitieerde startbijeenkomsten. Met de 'Denken & Doen' projecten weet de NBB daadwerkelijk veel ouderen te bereiken. Daarnaast raken veel deelnemers ook voldoende geënthousiasmeerd om het gehele traject van twee jaar te volgen, bestaande uit 10-12 lessen startersbridge, gevolgd door 20-24 lessen biedcurssussen. Tot slot worden 'clubavonden' gespeeld en wordt gekeken in hoeverre deelnemers door kunnen en willen stromen naar een bestaande bridgeclub, dan wel zelf een nieuwe bridgevereniging willen opzetten. In verschillende fasen van het project is ook aandacht voor het ondernemen van andere gezamenlijke (beweeg)activiteiten. Volgens een door Nivel uitgevoerd onderzoek (Leemrijse e.a., 2010) draagt 'Denken en Doen' zowel succesvol bij tot het psychosociale welzijn van ouderen als het stimuleren van de maatschappelijke participatie.

Eind 2010 heeft de NBB het W.J.H. Mulier Instituut benaderd om een beknopte rapportage te schrijven over de mogelijke verklaringen waarom bridge, en in het bijzonder het bridge-introductieproject 'Denken en Doen', aansluit bij de sportwensen van ouderen (50-plussers). De

rapportage is gebaseerd op een eerste verkenning op basis van bestaande databestanden en een secundaire analyse van de uitkomsten van de SportersMonitor 2008 (Van den Dool, e.a., 2009) over motieven van oudere sporters en redenen om niet (meer) sportief actief te zijn van oudere niet-sporters (Elling, 2010a, 2010b). De algemene vraagstelling die in deze rapportage centraal staat is:

*In hoeverre kan het succes van het op ouderen gerichte project Denken & Doen worden verklaard op basis van bestaande data (SportersMonitor 2008) over motieven van sportende ouderen en redenen van oudere niet-sporters om niet meer sportief actief te zijn?*

## 1.2 Onderzoeksaanpak

Om de onderzoeksvraag te beantwoorden is gebruik gemaakt van diverse literatuurbronnen, beschikbare gegevens en databestanden.

Centraal in de rapportage staan de gegevens uit de SportersMonitor 2008, een online vragenlijst die in het najaar van 2008 is afgenomen onder een representatieve steekproef van de Nederlandse bevolking van 6-80 jaar (n=4.200) via het ConsumerJury panel van marktonderzoeksbureau GfK (zie Van den Dool et al. 2009).<sup>1</sup>

In de vragenlijst is onder meer gevraagd naar sportgedrag en motieven en komen ook redenen en sportintenties van niet-sporters aan de orde.<sup>2</sup> Als criterium voor wie als ‘sporter’ wordt gezien, gaan we uit van de RSO norm van minimaal 11 keer sportief actief in de afgelopen twaalf maanden. Daarbij gaat het om deelname aan een of meerdere (denk)sportactiviteiten, die kunnen worden aangekruist op een toonblad waarop 43 takken van sport zijn weergegeven evenals een optie ‘anders, namelijk’.

Onder de 15-80 jarige respondenten van de SportersMonitor 2008 bevond zich een groep van 79 personen die in de afgelopen twaalf maanden had gebridget, waarvan 77 personen ouder dan 45 jaar zijn. In totaal noemden 63 vijftig-plus ‘sporters’ bridge als een van de drie meest beoefende sporten. In deze rapportage vergelijken we de motieven van deze groep bridgers onder meer met de motieven van overige sporters van 51-80 jaar. Ook staan we stil bij redenen van niet-sportende 50-plussers.

De analyse is gebaseerd op personen die aangeven in hun vrije tijd te briden, al dan niet in verenigingsverband. In 2008 zijn voor het NBB project ‘Denken & Doen’ alleen drie pilotprojecten uitgevoerd. De kans is dan ook zeer gering dat het databestand gegevens van respondenten bevat die aan ‘Denken & Doen’ activiteiten hebben deelgenomen. Wel hebben respondenten mogelijk andere aangeboden (introductie)cursussen gevolgd.

<sup>1</sup> Gezien het karakter van een online vragenlijst zijn laag opgeleide ouderen wel enigszins ondervetegenwoordigd in het panel.

<sup>2</sup> Voor de complete voorgelegde vragenlijst, zie [www.mulierinstituut.nl/monitoring/sporterspanel/sportersmonitor2008](http://www.mulierinstituut.nl/monitoring/sporterspanel/sportersmonitor2008)

## 2. Resultaten

In dit hoofdstuk worden de resultaten van het onderzoek weergegeven. We gaan eerst kort in op de populariteit van de bridgesport onder ouderen op basis van de gegevens in de SportersMonitor 2008. Daarna komen de motieven van oudere bridgers en overige senioren sporters om deel te nemen aan sportactiviteiten aan bod. Tot slot staan we stil bij de redenen van niet-sportende 50-plussers om niet (meer) deel te nemen aan het sportaanbod in Nederland en hun intenties en voorwaarden voor sportdeelname.

### 2.1 Populariteit bridgesport onder ouderen

In tabel 2.1 is de top van de vijf meest beoefende sporten weergegeven van 50-plussers. Onder 65-plussers blijkt bridge na de sportieve bewegingsactiviteiten wandelen, fitness en zwemmen de meeste beoefende tak van sport. Het 'verslaat' zelfs (toer)fietsen. In tegenstelling tot de meeste sporten valt op dat bridge geen deelnemers verliest, maar het aandeel bridgers juist toeneemt onder oudere ouderen (van 2% onder 51-65 jarigen tot 10% onder 65-plussers).

**Tabel 2.1 Meest beoefende sporten onder ouderen van de drie meest beoefende sporten, (in procenten)**

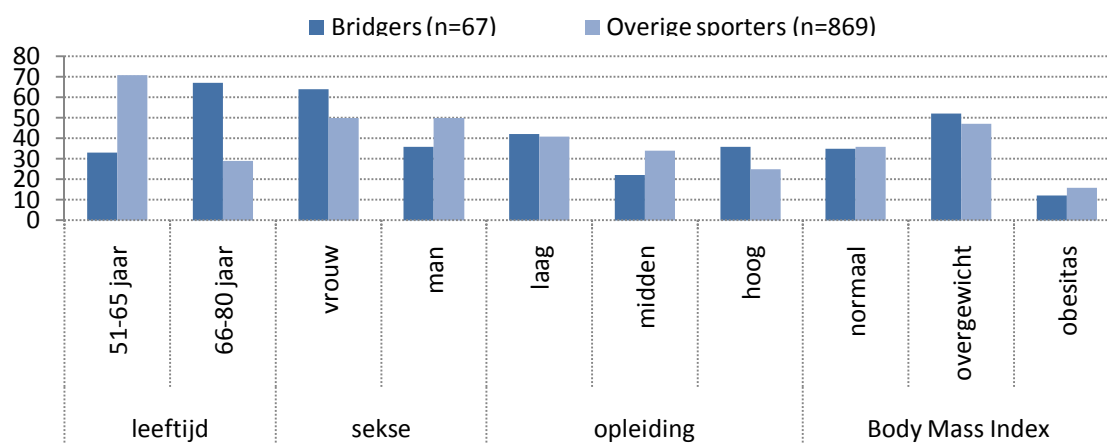
In afgelopen 12 maanden beoefende sporten	51-65 jaar %	66-80 jaar %
Wandelsport	18	14
Fitness (cardio/kracht)	22	13
Zwemsport	11	11
Bridge	2	10
Toerfietsen/wielrennen	9	9
Tennis	4	8
Gymnastiek	2	5

Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

Klaarblijkelijk is bridge voor veel senioren een aantrekkelijke activiteit om toch sportief bezig te blijven of om op latere leeftijd mee te starten.

Ook wanneer we specifiek kijken naar de groep oudere bridgers in de SportersMonitor 2008 vergeleken met andere 50-80 jarige sporters, zien we dat bridge vooral populair is onder de oudere ouderen vanaf 65 jaar, zie figuur 2.1. Dat geldt ook voor bij de NBB aangesloten leden, waar de gemiddelde leeftijd 66,9 jaar is (opgave NBB). Bovendien wordt de bridge-sport vooral beoefend door vrouwen. Waar de man-vrouw verdeling onder andere sportende 50-plussers gelijk is, is tweederde van de groep bridgers vrouw.

**Figuur 2.1 Kenmerken van bridgers en overige sporters in de leeftijdscategorie 51-80 jaar (in procenten)**



Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

Deze oververtegenwoordiging van vrouwen blijkt ook uit de ledencijfers van de NBB (NOC\*NSF, 2010) en hangt slechts deels samen met de leeftijdsopbouw van de Nederlandse bevolking. Tabel 2.2 laat zien dat vrouwen onder 65-80 in de bevolking weliswaar licht oververtegenwoordigd zijn, maar dat de man/vrouw verdeling onder NBB leden beduidend schever ligt.

**Tabel 2.2 Man-vrouw verhouding leden NBB en oudere leeftijdsgroepen Nederlandse bevolking 2009, (in aantallen en procenten)**

	Bevolking		Leden NBB			
	40-65 jarigen	%	65-80 jarigen	%		%
totaal	5.846.526	100	1.922.141	100	115.549	100
man	2.944.629	50	894.537	47	47.835	41
vrouw	2.901.897	50	1.027.604	53	67.714	59

Bron: NOC\*NSF (ledental 2009) / CBS (Statline)

In figuur 2.1 zien we ook dat bridgers vaker een hogere opleiding (HBO/WO) hebben gevolgd dan overige sporters, maar het aandeel met een laag opleidingsniveau nagenoeg gelijk is. Door het NASB project ‘Denken & Doen’ wordt de drempel om te gaan bridgen ook voor lager opgeleiden verkleind. Deze groep zal waarschijnlijk niet zo snel op eigen initiatief toetreden tot een bridgevereniging, maar door ‘Denken & Doen’ wordt de toegankelijkheid groter. Hoewel bridge geen intensieve bewegingsactiviteit is, blijkt de ‘Body Mass Index’ (BMI) van bridgers nauwelijks af te wijken van de overige sporters tussen de 51-80 jaar. Net als overige oudere sporters heeft twee derde van de bridgers (ernstig) overgewicht. In plaats van normatieve druk uit te oefenen, worden deelnemers die meedoen aan ‘Denken & Doen’ eerder op speelse wijze verleid om ook meer te gaan bewegen (vgl. Leemrijse e.a., 2010).

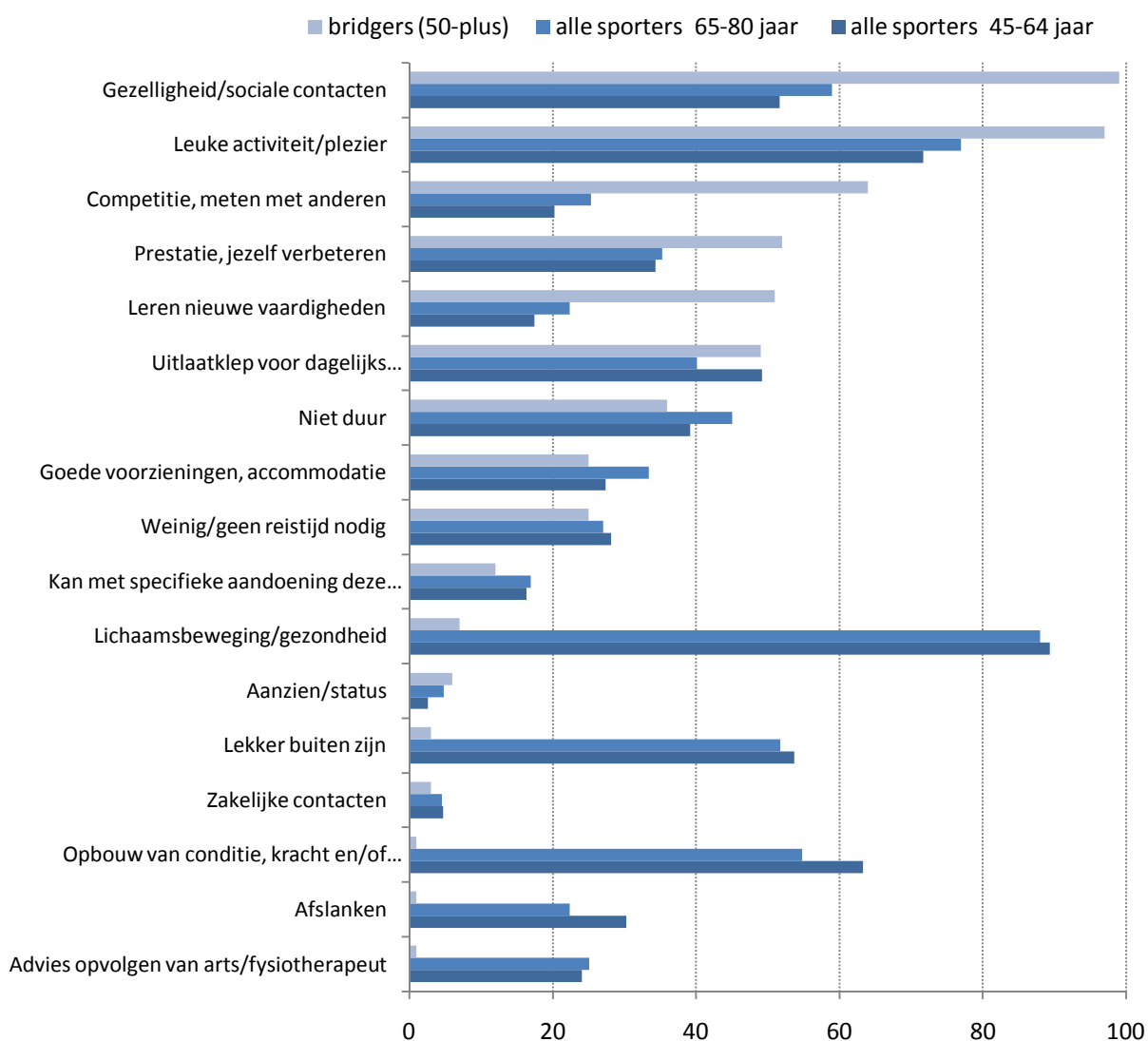
## 2.2 Motieven van bridgers en overige senioren sporters

In deze paragraaf staan we aan de hand van de data van de SportersMonitor 2008 stil bij de motieven van oudere bridgers en hun sportende leeftijdsgenoten. Tevens vergelijken we deze groepen naar enkele andere aspecten van hun sportdeelname, ervaringen en meningen.

### Bridge is 'leuk' en 'gezellig'

Figuur 2.2 geeft voor bridgers en overige sportende 50-plussers weer, welke verschillende motieven zij aangeven om deel te nemen aan sportactiviteiten. Er zijn enkele opvallende 'uitschieters' bij de bridgers te constateren, vergeleken met de gemiddelde genoemde deelnamemotieven van oudere sporters. Vrijwel alle bridgers geven aan dat ze hun sport beoefenen omdat ze het een leuke activiteit vinden die hun plezier geeft en dat ze bridgen vanwege de gezelligheid en sociale contacten.

**Figuur 2.2 Motieven sportdeelname (3 meest beoefende takken van sport), bridgers en overige oudere sporters, (in procenten)**



Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

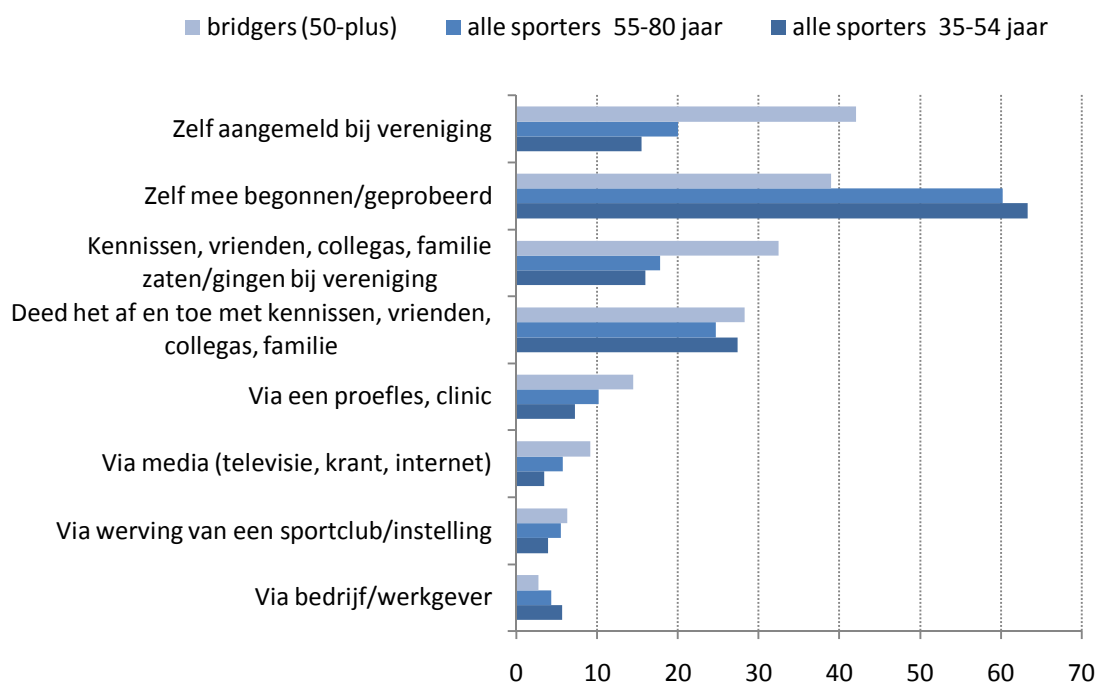
Ook ten aanzien van veel andere sportactiviteiten geven weliswaar veel ouderen aan dat ze de betreffende activiteit leuk en/of gezellig vinden, maar staat vooral vaak het krijgen van voldoende lichaamsbeweging en de gezondheidsgerichtheid centraal. Pas in tweede instantie noemen ouderen de plezierbeleving.

Andere opvallende motieven die bridgers vaker noemen dan andere oudere sporters zijn enerzijds competitie en presteren en anderzijds het leren van nieuwe vaardigheden. Wat de eerste twee betreft gaat het waarschijnlijk eerder om (wedstrijd)bridgers die de sport reeds langere tijd beoefenen, al dan niet in clubverband. De bridgers die het leren van nieuwe vaardigheden noemen kunnen zowel ‘gevorderde’ bridgers zijn – bij wie het bridgespel steeds prikkelt tot doorleren - als ‘beginners’ die deelnemen aan vergelijkbare introductietrajecten als ‘Denken & Doen’.

### Het belang van een sociaal netwerk en sociale contacten

Om te beginnen met een (nieuwe) sport is het (sociale) netwerk van mensen een belangrijke factor (zie o.a. Van den Dool, e.a. 2009; Elling, 2010b). Dat geldt waarschijnlijk ook voor een project als ‘Denken & Doen’, hoewel de doelgroep individueel wordt aangeschreven door middel van een brief vanuit de gemeente. Op deze wijze wordt nadrukkelijk getracht om juist ook minder maatschappelijk actieve ouderen te bereiken. Niettemin is de drempel om naar een introductieles te gaan lager voor ouderen die diverse sociale contacten met leeftijdsgenoten hebben, dan voor ouderen die niet ‘meegenomen’ worden door burens of andere bekenden. Figuur 2.3 geeft aan op welke manieren oudere sporters hebben kennisgemaakt met de sport die ze op dit moment beoefenen. Vergeleken met andere sporten verliep de kennismaking met bridge door ouderen relatief vaak via het sociale netwerk van vrienden, familie en kennissen, maar ook doordat ze zichzelf hebben aangemeld.

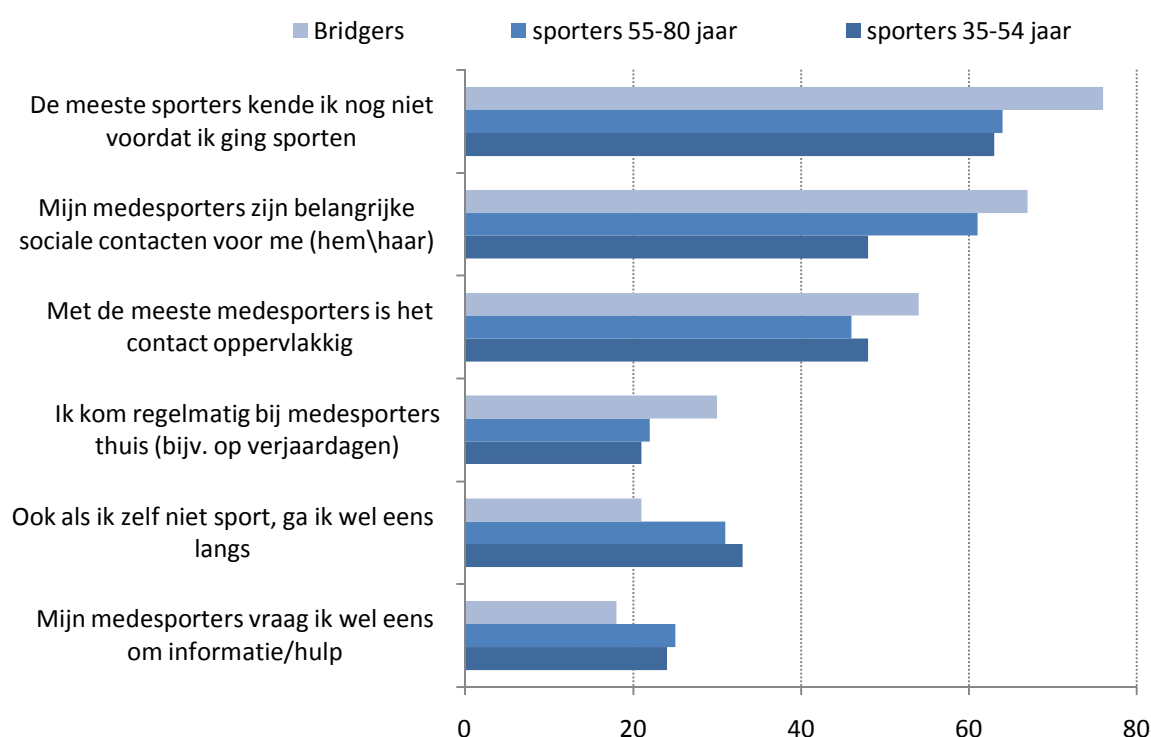
**Figuur 2.3 Kennismaking met huidige beoefende sport (3 meest beoefende takken van sport) onder bridgers en overige oudere sporters, (in procenten)**



Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

In de Sportersmonitor 2008 werden sporters voor hun meest beoefende sport ook gevraagd naar de betekenis van de sociale contacten. Overeenkomstig de uitkomsten dat bridgers zich relatief vaak zelf zeggen te hebben aangemeld, laat figuur 2.4 zien dat bridgers ook meer dan andere oudere sporters aangeven dat ze de meeste medesporters nog niet te kenden voordat ze met de sport begonnen. Net als voor andere sporters geldt weliswaar dat het contact met medesporters overwegend oppervlakkig van aard is, maar tweederde van de bridgers ervaart de sociale contacten met medesporters tevens als (zeer) belangrijk.

**Figuur 2.4 Oordeel sociale contacten tijdens meest beoefende sport onder bridgers en overige oudere sporters, (in procenten (helemaal) mee eens)**



Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

Vanwege de (fysieke) laagdrempeligheid en de opzet van ‘Denken & Doen’ vormt het project voor veel ouderen een geschikte mogelijkheid om nieuwe contacten op te doen en hun wereld te verbreden. Juist door oudere mensen via de gemeente persoonlijk aan te schrijven en uit te nodigen om deel te nemen wordt gepoogd om juist ook minder maatschappelijk actieve ouderen te activeren. De (nieuwe) sociale contacten met mede-bridgespelers kunnen helpen bij het tegengaan van vereenzaming van oudere mensen, bijvoorbeeld na het overlijden van een partner en/of andere leeftijdsgenoten uit hun netwerk (vgl. Leemrijse e.a., 2010).

### Laagdrempelige investeringen

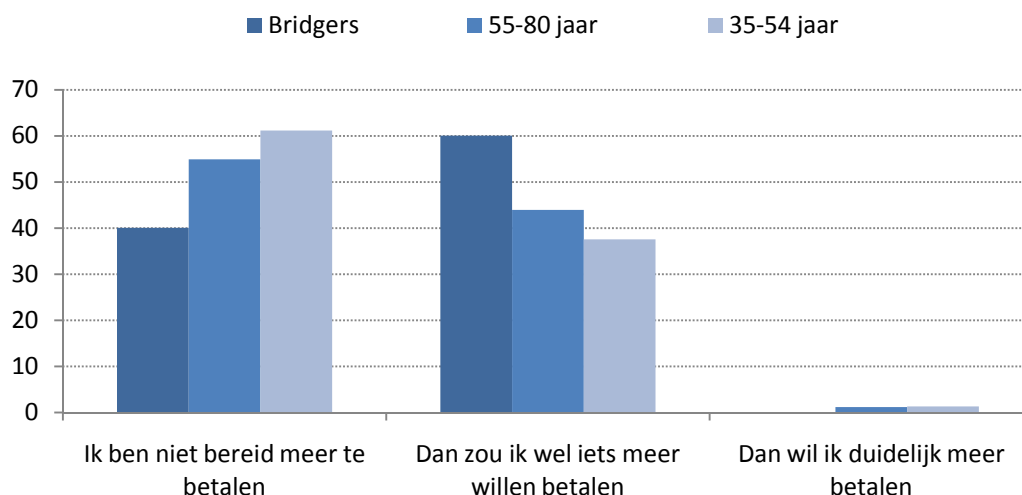
Gevraagd naar de mate waarin oudere sporters tevreden zijn over de reisafstand en deelnamekosten voor hun tak van sport steken bridgers iets gunstiger af ten opzichte van andere sporters (niet in tabel). Bridge hoeft natuurlijk niet duur te zijn en vergt vergeleken met veel andere (beweeg)sporten weinig specifieke accommodatievoorwaarden.

Voor het bereiken van nieuwe leden is het over het algemeen van belang dat de gevraagde investeringen qua kosten en reisafstand niet te groot zijn (vgl. NBB, 2010a). Wanneer mensen

sterk gemotiveerd zijn om een specifieke activiteit te (blijven) beoefenen, omdat het hen veel oplevert (aan spelplezier, sociale contacten, prestaties) zijn ze ook bereid tot het maken van grotere ‘offers’ qua tijd of geld.

Figuur 2.5 laat zien dat reeds actieve bridgers bereid zijn meer te betalen als daarmee de kwaliteit van dienstverlening nog verder zou stijgen.

**Figuur 2.5 Bereidheid meer te betalen voor de meest beoefende sport als er sprake zou zijn van verbeterde dienstverlening onder bridgers en andere oudere sporters, (in procenten)**



Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

Ook geven bridgers iets vaker dan andere oudere sporters aan dat ze eventueel bereid zijn nog verder te reizen, terwijl ze gemiddeld al vaker dan de andere sporters langer dan een kwartier onderweg zijn. Eerder zagen we ook reeds dat bridgers vaak aangeven hun sportactiviteit zowel ‘leuk’ als ‘gezellig’ te vinden. Deze indicatoren zijn allen belangrijke voorspellers van blijvende deelname. Een belangrijke vraag is of de NBB met het bridgeproject ‘Denken en Doen’ ouderen voor langere tijd dan alleen de projectperiode weet te activeren.

### **Van introductie naar blijvende deelname**

Zoals in de inleiding reeds vermeld heeft de NBB de afgelopen twee jaar voor haar project ‘Denken & Doen’ in 35 gemeenten op succesvolle wijze deelnemers geworven. Bovendien was de uitval beperkt; de meeste deelnemers bleken minimaal een jaar actief te blijven binnen het project. In een grote gemeente als Utrecht hebben 132 van de 186 aangemelde personen het gehele eerste jaar (2010) deelgenomen. Van de in 2009 in gemeente Ubbergen gestarte 102 deelnemers waren in het najaar van 2010 nog 57 bridgers (56%) actief. Zij hebben dus de volledige twee-jarige introductie cursus gevolgd. Volgens opgave van de NBB verloopt ook de doorstroming naar bestaande dan wel nieuw opgerichte bridgeclubs succesvol. Van de dertien afgeronde ‘Denken & Doen’ trajecten (drie begonnen in 2008 en tien in 2009), zijn in zes gemeenten nieuwe bridgeclubs opgericht en zijn in zes gemeenten deelnemers doorgestroomd naar een bestaande vereniging, zie tabel 2.3.

**Tabel 2.3 Doorstroming deelnemers Denken & Doen (DD) naar bestaande/nieuwe bridgeclubs**

Gemeentelijke DD trajecten	bestaande/nieuwe club	aantal leden	aantal DD-leden	aandeel DD-leden
<b>2009</b>				
Almelo	bestaande club	365	44	12%
Arnhem	nieuwe club	46	46	100%
Assen	nieuwe club	53	53	100%
Boskoop	nieuwe club	113	50	44%
Enkhuizen	bestaande club	144	54	38%
Menterwolde (Muntendam)	nieuwe club	28	28	100%
Noordenveld (Norg)	bestaande club	68	54	79%
Oldenzaal	in oprichting			
Ubbergen	bestaande club	151	53	35%
Vlissingen	bestaande club	110	48	44%
<b>2008</b>				
Bunschoten - Spakenburg	nieuwe club	39	39	100%
Emmen	bestaande club	140	18	13%
Haarlem	nieuwe club	36	36	100%

Bron: NBB (Gegevens Denken en Doen)

Gemiddeld worden per ‘Denken & Doen’ traject zo’n veertig deelnemers actief in een bestaande of nieuwe bridgevereniging. Geconcludeerd kan worden dat veel deelnemers aan ‘Denken & Doen’ niet alleen het hele introductie-traject meedoen, maar ook na afloop van het traject actief blijven. Nader onderzoek zou moeten uitwijzen in hoeverre ‘Denken & Doen’ ouderen beter weet vast te houden en blijvend te activeren dan andere (sport)stimuleringsprojecten.

## 2.3 Redenen niet-sporters

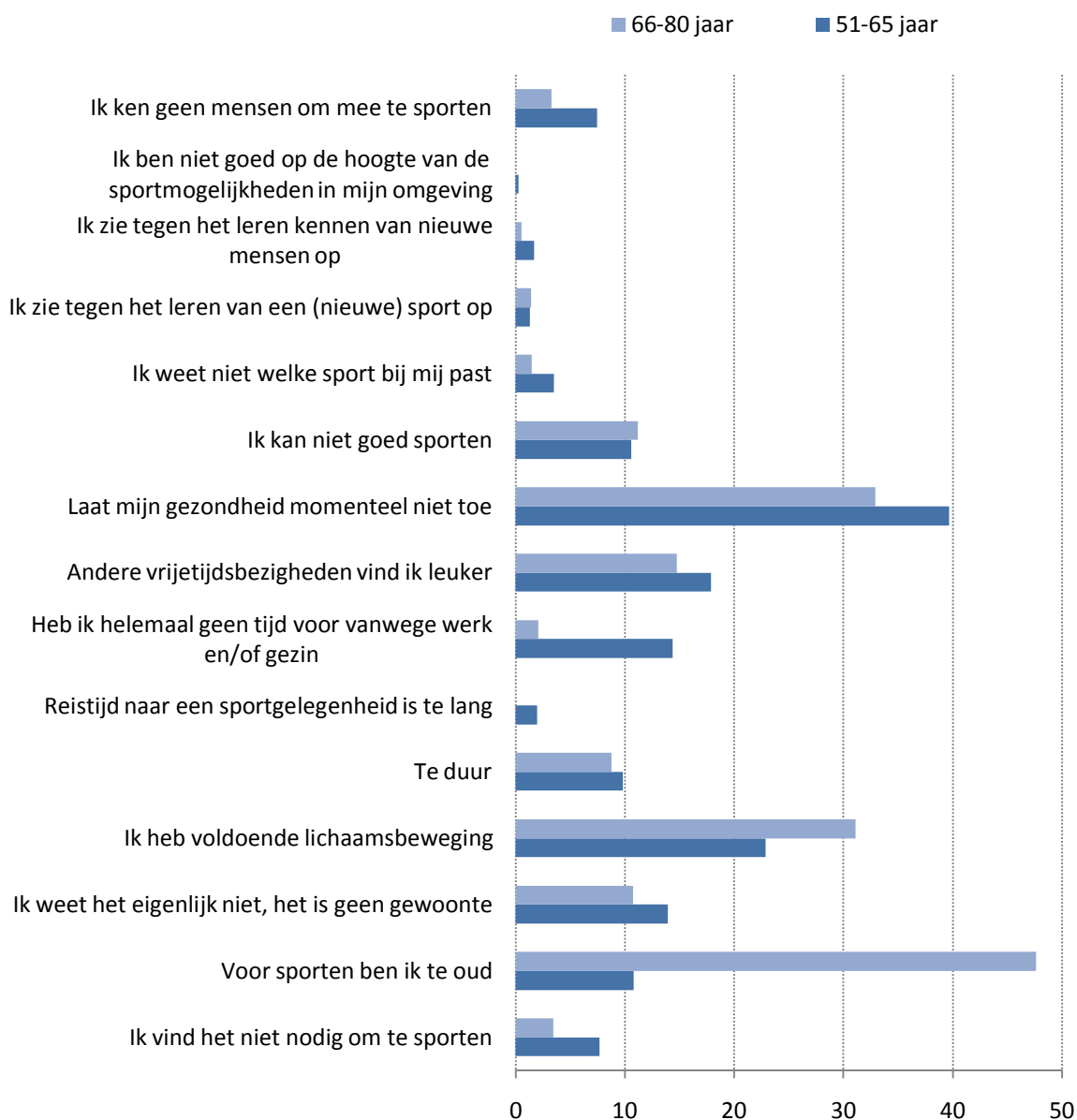
In deze laatste resultatenparagraaf gaan we in op de verschillende argumenten van niet-sportende 51-80 jarigen om niet (meer) sportief actief te zijn en eventuele intenties en voorwaarden om wel weer te gaan sporten.

### Ouderen voelen zich vaak te oud om nog te sporten

Uit figuur 2.6 valt op te maken dat een groot deel van de oudere niet-sporters een gebrekkige gezondheid noemen als reden om niet (meer) te sporten. Van de groep 65-80 jarige niet-sporters vindt bijna de helft zichzelf te oud om nog te sporten. Behalve dat ouderen vaak het gevoel hebben dat ze niet meer kunnen sporten vanwege fysieke gebreken/ouderdom, geven ze ook relatief vaak aan dat ze het niet nodig vinden, omdat ze reeds voldoende bewegen en/of andere bezigheden leuker vinden.

Dat veel ouderen een geringe intrinsieke motivatie hebben en zichzelf niet meer in staat achten tot intensieve bewegingsactiviteiten, hoeft in ieder geval geen belemmering te zijn om toch sportief actief te zijn via ‘Denken & Doen’. Het niet meer willen leren van nieuwe activiteiten blijkt nauwelijks een belemmering te vormen. Eerder zagen we reeds dat bridgers juist relatief vaak aangaven dat ze het juist leuk vinden om nieuwe vaardigheden te leren.

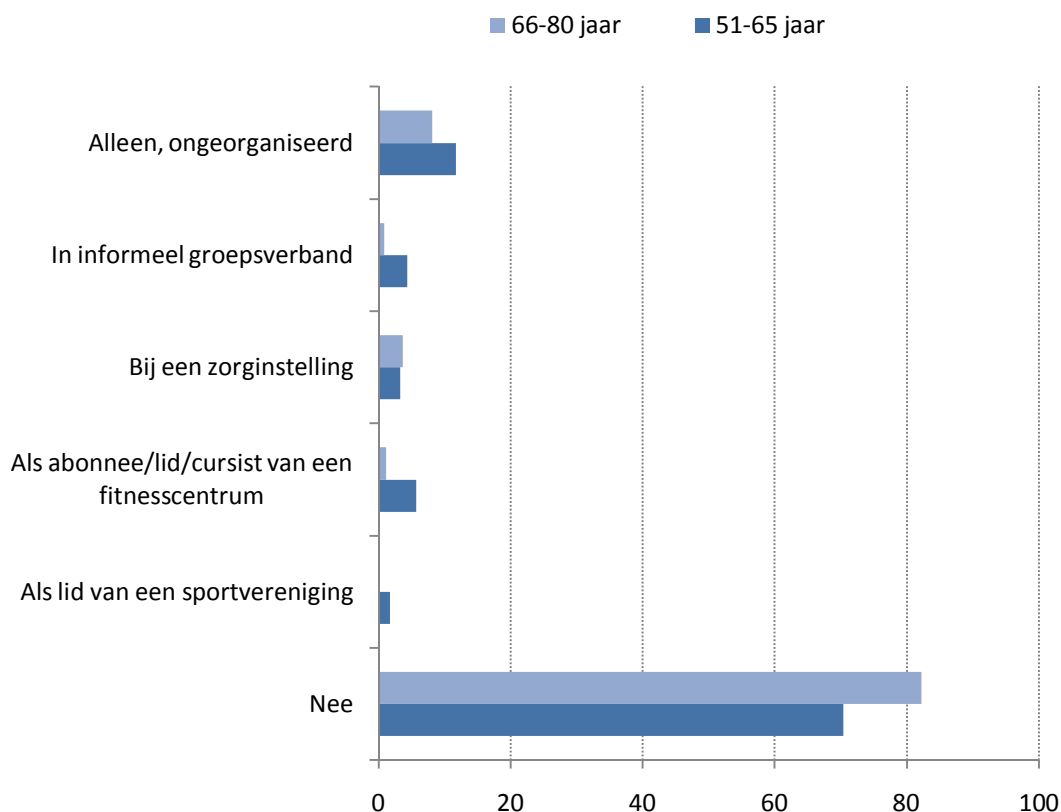
**Figuur 2.6 Reden niet/weinig sport onder oudere niet-sporters, (in procenten)**



Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

Uit de redenen om niet meer te sporten komt reeds een geringe motivatie tot fysiek actieve sportdeelname onder ouderen naar voren. Bij navraag blijken deze ouderen over het algemeen ook een zeer geringe intentie tot sportdeelname te hebben (zie figuur 2.7). Zeven op de tien 51-65 jarige en acht op de tien 66-80 jarige niet-sporters hebben geen intentie om (weer) te gaan sporten.

**Figuur 2.7 Intentie om het komende jaar (weer/meer) te gaan sporten en in welk verband, onder niet-sporters van 51-80 jaar, (in procenten)**



Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

De groep die wel aangeeft de intentie te hebben om in het volgende jaar te gaan sporten doet dat bij voorkeur alleen en ongeorganiseerd. Het NBB project ‘Denken & Doen’ heeft echter laten zien dat ouderen wel degelijk te bewegen zijn om in georganiseerd verband actief te worden en te blijven. Gevraagd naar specifieke voorwaarden waaronder ouderen weer sportief actief zouden worden, bevestigen de meeste oudere niet-sporters dat ze niet meer willen sporten. Een kleine groep noemt voorwaarden als het afnemen van hun gezondheidsklachten, of (sociale) druk vanuit de omgeving (familie/arts) om te gaan sporten.

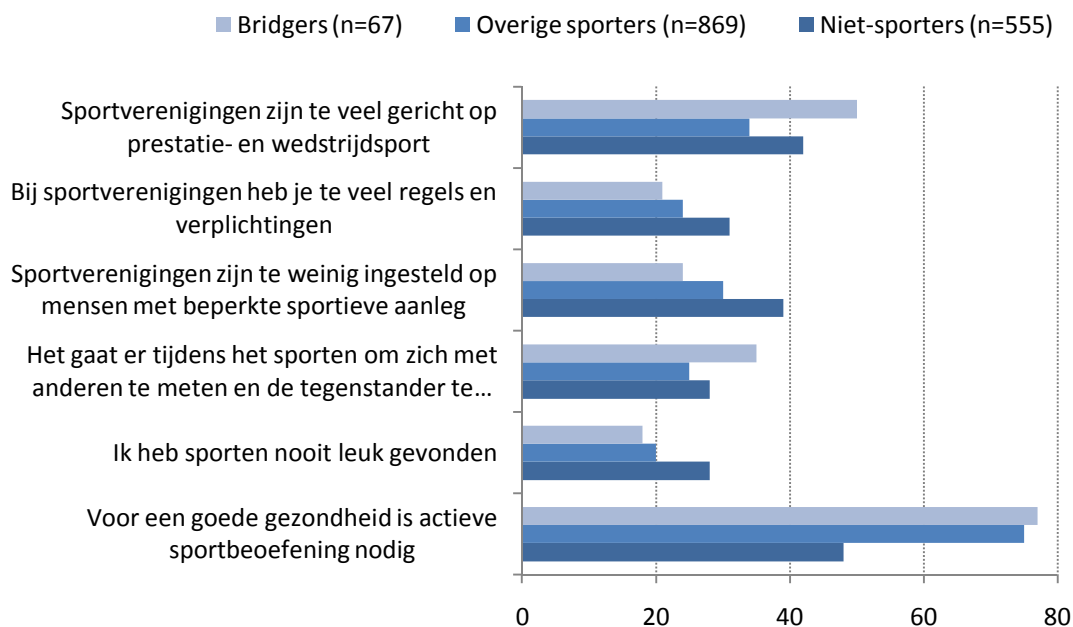
### Geen zin meer in ‘sport’

Elling & Maasen (2010) stellen dat veel oudere niet-sporters, sport associëren met ‘lichamelijk bezig zijn’ en activiteiten waar je ‘moe van wordt’. Hiermee sluiten ze aan bij de doorgaans gangbare gedachte dat sport vooral bestaat uit bewegingsactiviteiten en de – ook bij NOC\*NSF aangesloten – denksporten zoals bridge en schaken daar niet automatisch toe gerekend worden.

In de SportersMonitor 2008 is ook naar de mening van sporters en niet-sporters gevraagd wat betreft verschillende aspecten van (verenigings)sport. Figuur 2.8 laat zien dat niet-sportende 51-80 jarigen veel minder vaak dan hun sportief actieve leeftijdsgenoten vinden dat actieve sportbeoefening nodig is voor een goede gezondheid. De meeste niet-sporters hebben echter geen uitgesproken hekel aan sport; iets meer dan een kwart geeft aan nooit een sportliefhebber te zijn geweest. Niet-sporters hebben wel iets vaker dan hun bridgende en andere sportende leeftijdsgenoten een negatief beeld over de toegankelijkheid van sportverenigingen. Waar we

eerder zagen dat juist oudere bridgespelers relatief vaak competitie als een van de motieven noemden om te bridgen, laat figuur 2.8 zien dat juist (recreatief ingestelde) bridgers een negatief beeld hebben van de op prestaties en wedstrijd sport gerichte sportverenigingen.

**Figuur 2.8 Opvattingen over (verenigings)sport onder 50-80 jarigen, (in procenten (helemaal) mee eens)**



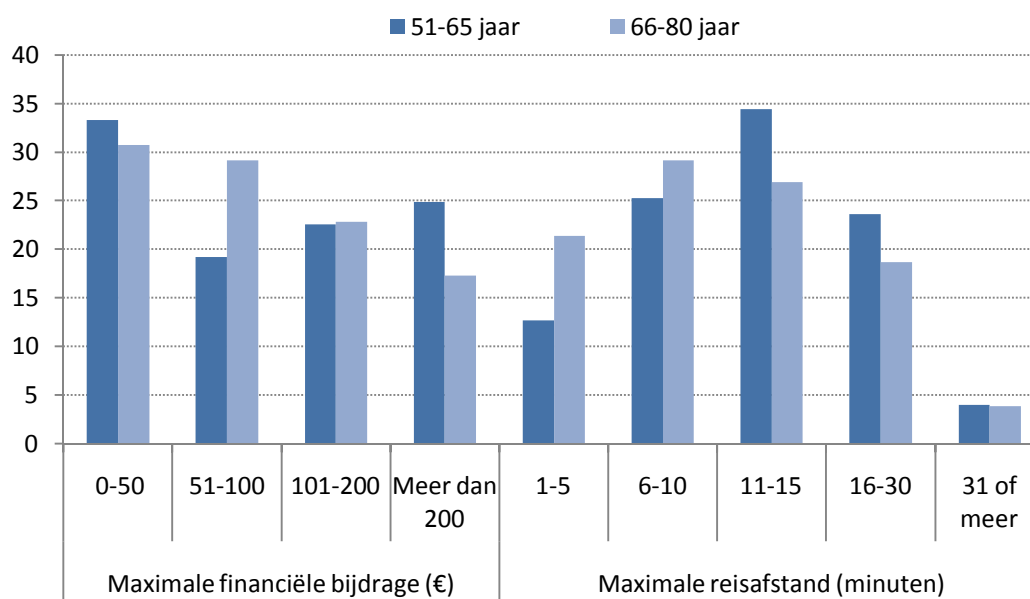
Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

Om ouderen actief te laten worden is het dan ook vooral van belang aan te sluiten bij gevoelens en emoties die voor hen nog wel belangrijk zijn, zoals ‘gezelligheid’. Gezien het succes van het ‘Denken & Doen’ slaagt dit project er in de juiste snaar te raken bij de ouderen om actief te worden en te blijven. Op basis van de beschikbare gegevens kan niet vastgesteld worden in hoeverre het project vooral maatschappelijk reeds actieve ouderen weet te bereiken, of ook mensen die voorheen niet of nauwelijks ‘het huis uit kwamen’. Het is echter goed mogelijk dat ‘Denken & Doen’ wel degelijk niet-sporters met een geringe ‘sport’- dan wel ‘beweeg’intentie weet te bereiken. Omdat het project appeleert aan andere motieven en emoties dan die veel oudere niet-sporters associëren met ‘sport’.

### Niet te duur en dichtbij

Een ander punt waar bonden en verenigingen rekening mee dienen te houden bij het aantrekken van nieuwe (oudere) leden, is het budget en de reisafstand. Mensen die nog niet sterk gemotiveerd zijn voor een bepaalde activiteit, zijn over het algemeen niet tot veel investeringen bereid. De gevraagde ‘offers’ dienen dus zo laag mogelijk te worden gehouden. Naast veel draagkrachtige en ‘fittede’ ouderen, is er ook een grote groep 65-plussers die weinig geld te besteden heeft en minder mobiel is. In figuur 2.9 worden de voorwaardelijke maximale financiële kosten en reisminuten in beeld gebracht die oudere niet-sporters noemen om te gaan sporten.

**Figuur 2.9** Maximaal geldbedrag per jaar te besteden en maximale reisafstand om een sport te beoefenen onder oudere niet-sporters, (in procenten)



Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

Meer dan de helft van de ouderen wil/kan maximaal 100 euro per jaar betalen voor een sportactiviteit. Een kantelpunt voor niet-sporters om letterlijk en figuurlijk de ‘drempel’ over te moeten om onderweg te gaan, lijkt rond de 10 minuten tot een kwartier te liggen. Het succes van ‘Denken & Doen’ suggereert dat de activiteit laagdrempelig genoeg is om mensen te enthousiasmeren te beginnen en te behouden, tenminste voor de loop van het project.

### Bridge als potentiële sport?

In de sportersmonitor 2008 is zowel aan sporters als aan niet-sporters gevraagd welke (andere) sport ze zouden overwegen die als eerste in aanmerking komt. Slechts een gering percentage noemt bridge dan als sport die ze dan het liefst zouden willen beoefenen, zie tabel 2.4.

**Tabel 2.4** Eventueel te beoefenen nieuwe tak van sport onder oudere (niet)sporters, (in procenten)

	sporters		niet-sporters	
	51-65 jaar	66-80 jaar	51-65 jaar	66-80 jaar
bridge	2	4	1	4
fitness	7	8	20	9
groepslessen op muziek (aerobics)	6	8	4	3
gymnastiek	1	5	2	1
jeu de boules	3	7	2	1
tennis	5	2	4	1
tourfietsen/wielrennen	4	2	6	12
wandelsport	9	4	13	23
zwemmen	7	9	15	18
weet niet	31	31		
geen sport			10	12

Bron: Mulier Instituut (Sportersmonitor 2008)

Hieruit blijkt dat bridge als potentiële 'sport' nog niet direct op het netvlies staat van veel oudere (niet)sporters. Niettemin is bridge wel de vijfde meest genoemde tak van sport onder 66-80 jarige niet-sporters.

De huidige successen van 'Denken & Doen' laten zien dat de NBB lijkt te slagen in de uitdaging om in samenwerking met gemeentelijke partners meer niet-sporters te activeren om te leren briden en ook na afloop op langere termijn in georganiseerd verband actief te blijven.

### 3. Conclusie

De sportdeelname onder ouderen nam de afgelopen jaren flink toe, zowel buiten als in verenigingsverband. Met het vooruitzicht van voortgaande vergrijzing, is de verwachting dat het aantal en het percentage sportactieve ouderen ook verder zal stijgen. Bridge blijkt een aantrekkelijke sport voor senioren en is vooral populair onder de ‘oudere’ ouderen van 65-plus.

Hoewel de NBB reeds een groot aandeel ouderen heeft weten te bereiken en met haar 115.000 leden tot de tien grootste sportbonden in Nederland behoort, is de bond de afgelopen jaren niet proportioneel doorgegroeiwd met de stijging van het aantal 65-plussers. Met haar project ‘Denken & Doen’ heeft de bond een succesvolle manier gevonden om niet alleen meer ouderen te laten kennismaken met de bridgesport, maar hen ook op langere termijn te laten participeren en daarmee maatschappelijk te activeren.

‘Denken en Doen’ vormt een laagdrempelige sportstimuleringsactiviteit die aansluit bij de wensen en mogelijkheden van ouderen. Door de individuele aanschrijving van oudere mensen vanuit de gemeente tracht de bond juist ook maatschappelijk minder actieve ouderen te bereiken. Behalve in het bereiken van veel ouderen die zich aanmelden voor een introductie cursus bridge, zijn de ‘Denken & Doen’ projecten ook succesvol in het binden van ouderen en is er een relatief geringe uitval. Niet alleen blijven veel deelnemers het gehele cursustraject actief, maar een groot deel sluit zich na twee jaar ook aan bij een bestaande bridgevereniging of richt zelf een nieuwe club op.

Een belangrijke succesfactor is dat ‘Denken en Doen’ met haar projectontwerp goed inspeelt op de (sportdeelname) motieven plezierbeleving en gezelligheid (NBB, 2010a). De sociale dimensie is een zeer belangrijk aspect voor ouderen, zeker voor degenen die hun partner hebben verloren en weinig sociale aansluiting (meer) hebben. Maar ook voor hen die het gevoel hebben vanwege gezondheidsklachten of ‘ouderdom’ niet meer aan ‘echte’ sport te kunnen deelnemen. Of daar geen zin meer in hebben. Niettemin spreekt het nog veel ouderen aan om een nieuwe activiteit te leren. Daarnaast zijn de activiteiten laagdrempelig qua prijs en afstand waardoor weinig investeringen gevraagd worden en daarmee de toegankelijkheid groot is. Aangezien bridge van oudsher geen activiteit is die direct op het netvlies staat van lager opgeleide en minder draagkrachtige (oudere) personen, lijkt ‘Denken & Doen’ ook aan de sociaal-economische democratisering van de sport bij te dragen.

Door zorg te blijven dragen voor laagdrempeligheid en de nadruk te leggen op het spelplezier en de gezelligheid die samen (leren) bridgen met zich mee brengt, biedt de NBB met haar project ‘Denken & Doen’ optimale kansen om nog meer (niet-sportende) ouderen te verleiden tot kennismaking met bridge én langdurige (verenigings)deelname. Door de hiermee gepaard gaande groei van de (ouderen)sportdeelname in Nederland en de vitalisering van ouderen draagt het project tevens bij tot de realisatie van de doelstellingen van het Olympisch Plan.

## Bronnen

CBS. (2010). [www.statline.cbs.nl](http://www.statline.cbs.nl) (bezoekt op 17-1-2011).

Dool, R. van den, Elling, A. & Hoekman, R. (2009). *SportersMonitor 2008. Een beschrijving van actuele sportissues*. 's-Hertogenbosch/Nieuwegein: W.J.H. Mulier Instituut/Arko Sports Media.

Elling, A. (2010a). Van sport als 'jong menselijke activiteit' tot Senior Games. *Geron. Tijdschrift over ouder worden & samenleving*, 12/4: 8-11.

Elling, A. (2010b). *Niet-sporters: achtergronden en opvattingen. Aanvullende rapportage SportersMonitor 2008*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Elling, A. & Maasen, C. (2010). Sport is goed voor een ander. *Vrijtijdstudies*, 28/3: 35-46.

Kalmthout, J. van & Jong, M. de (2010). *Verenigingmonitor 2009*. 's Hertogenbosch: W.J.H. Mulier Instituut.

Kamphuis, K. & Dool, R. van den (2008). Sportdeelname. In K. Breedveld, C. Kamphuis & A. Tiessen-Raaphorst (red.). *Rapportage Sport 2008* (pp. 74-101). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau (SCP)/ W.J.H. Mulier Instituut.

Leemrijse, C.L., Ooms, L. & Veenhof, C. (2010). *Denken en doen zet ouderen samen in beweging*. Factsheet. Utrecht: Nivel.

NBB (2010a). *Denken en Doen 2010*. Projectomschrijving. Utrecht: NBB.

NBB (2010b). *Handleiding project Denken en Doen 2010*. Utrecht: NBB.

NOC\*NSF (2010). *Ledental NOC\*NSF over 2009*. Arnhem: NOC\*NSF.

# Epiloog

Bridge is meer aanwezig in Kortrijk dan men zou vermoeden. Het is vooral voor senioren een aangename, goedkope en gezonde hobby. Het enige nadeel is dat men enkele uren stilzit hetgeen men dient te compenseren door wandelen als hobby er bij te nemen.

Het doorbreken van de eenzaamheid en het opgenomen worden in een gezelschap waar men gerespecteerd wordt en veel contacten heeft met lotgenoten is één van de voornaamste aantrekkingspunten van deze sport. Ook het feit dat de drempel voor Dames zo laag is verklaart o.a. dat de vrouwelijke aanwezigheid doorweegt in de meeste clubs.

Het aanleren van Bridge op oudere leeftijd is zeer goed mogelijk en na enkele jaren een behoorlijk niveau bereiken is de beloning.

Bij de jongeren is er spijtig genoeg minder interesse, deels doordat ze zoveel voor de hand liggende hobby's ter beschikking hebben en niet overwegen dat de meeste hobby's op een zekere leeftijd niet meer mogelijk zijn.

Bridge heeft hetzelfde voordeel als golfspelen, overal ter wereld gelden dezelfde reglementen en men kan zich moeiteloos integreren als gast in talloze bridgeclubs over heel de wereld.

Op Internet is bridge aanleren, oefenen en spelen op elk niveau tegen computer of tegen spelers van over heel de wereld zeer gemakkelijk 24uur op 24 maar hier ontbreekt het sociaal contact.

Bridge promoten bij jongeren gebeurt op grote schaal in Nederland waar ze verleden jaar het wereldkampioenschap organiseerden en de resultaten blijven niet uit, ze wonnen weer goud bij de Heren en brons bij de Dames.

Wie jong leert bridgen neemt een optie voor veel genot op latere leeftijd en tevens een bescherming tegen latere eenzaamheid en verstandelijke achteruitgang en is zeker veel vrienden te behouden op latere leeftijd.

We danken de Stad Kortrijk, de schepenen van Cultuur mr. Axel Ronse en zijn diensten voor de ondersteuning. We bedanken ook de voorzitters van al de clubs voor hun bijdrage evenals Wim Vanparys die het IT hoofdstuk heeft geschreven.

Met dank aan mijn bridgepartners Myriam Baert en Eddy Ghesquiere voor het nalezen van de teksten en bijwerken van de gegevens van de kortrijkse clubs.

Godfried Bussels

Kortrijk, april 2024