

'Je kunt de teloorgang van je hersenen tegengaan door ze flink aan het werk te zetten. Daar is bridge een prachtspel voor, want het houdt je ook bezig als je allang weer thuis bent.

Deelnemster (63)

Samen actief. Deelname aan **Denken en Doen** leidt niet alleen tot het leren spelen van het kaartspel bridge, maar draagt ook bij aan een actiever leven. De meeste mensen vinden het leuker om samen met anderen iets te doen dan alleen.

Gedurende de periode waarin **Denken en Doen** loopt, ontstaan dan ook tal van initiatieven en dit wordt gestimuleerd. Bridge is de enige denksport die een teamsport is en dat merk je.



Tijd en geld Wekelijks neemt **Denken en Doen** een dagdeel (ochtend of middag) in beslag. 's Zomers is er doorgaans een pauze. De eigen financiële bijdrage kan per plaats variëren, maar bedraagt nooit meer dan € 3,- per dagdeel.

Interesse in het Denken en Doen?

Meer weten over het
project Denken en Doen?

Neem contact op met:

Nederlandse Bridge Bond
Kennedylaan 9
3533 KH Utrecht

denkenendoen@bridge.nl
of bel 030-2759955

www.bridge.nl > bridge&samenleving



Doe mee met Denken en Doen!

'De maandagmiddag
is een uitje
geworden.'

Deelnemster (66)

**Zin om nieuwe mensen te
leren kennen?**

En tegelijkertijd de hersenen flink
te trainen? Doe mee met **Denken en
Doen**. Spelenderwijs leren bridgen
met leeftijdsgenoten in je eigen
gemeente!



Denken en Doen: de slimste manier voor een actief en sociaal leven

Via dit project heb ik twintig dorpsgenoten leren kennen die ik voorheen niet kende. Met een aantal van hen klikt het zo goed dat we binnenkort ook andere activiteiten gaan ondernemen.

Deelnemer (58)

Fitness for the mind. Bridge is een fascinerend kaartspel waarbij de hersenen flink aan het werk worden gezet. Ook is het een zeer sociale denksport. Voor een robber-tje bridge zijn 4 personen nodig. Je speelt het spel met een 'partner' en elk spel duurt ongeveer acht minuten. Omdat je steeds tegen andere paren speelt, ontmoet je al kaartend veel verschillende mensen. Het gaat erom het spel te winnen door zoveel mogelijk slagen te maken. Hoe je die kunt maken en hoe je zoveel mogelijk punten kunt behalen, leer je tijdens **Denken en Doen**.

Iedereen kan het. Wereldwijd spelen ongeveer honderd miljoen mensen bridge. Alleen Nederland telt al 400.000 bridgers. Omdat de spelregels in alle landen hetzelfde zijn, kun je het overal spelen.

Nieuw initiatief. Er zijn van die momenten in het leven dat de behoefte aan contact met anderen groot is. **Denken en Doen** speelt daarop in door mensen spelenderwijs te leren bridgen, terwijl ze tegelijkertijd nieuwe contacten kunnen leggen met plaats-genoten. **Denken en Doen** is een nieuw initiatief dat steeds meer gemeenten in Nederland oppakken.

Meteen aan de slag. Hoe ziet **Denken en Doen** eruit? Mensen krijgen in kleine groepen les in Startersbridge. Via die methode leer je het spel vooral door het te doen. Niks urenlange theorie: kaarten op tafel en aan de slag. In de praktijk blijkt dat iedereen het kan leren. Hoe vaker je het doet, hoe leuker je het vindt en hoe beter je wordt.

'Lichamelijk kan ik niet zoveel meer, maar bridgen gaat nog prima. Dan ben ik toch even een paar uur de deur uit en onder de mensen.'

Deelnemer (69)



Het clubgevoel. Maar het gaat bij **Denken en Doen** niet alleen om het onder de knie krijgen van het bridgespel. **Minstens zo belangrijk is het leren kennen van andere deelnemers, waardoor er gaandeweg een clubgevoel ontstaat.** Want mensen die elkaar beter leren kennen, gaan het kaartspel leuker vinden, willen hun spelmiddag of -ochtend niet meer missen en ontdekken al doende vaak andere overeenkomstige interesses. En van het een komt het ander.