

Hoe haal je ouderen uit hun eenzaamheid? In Soest hebben ze iets anders gevonden dan koffieochtenden en inloopcafés: bridge. De denksport blijkt totaal onverwacht een wondermiddel.



Piet van Dijk

Een nieuwe beginnerscursus, leren bridgen in vijftien lessen, is dankzij een gemeentelijke subsidie alweer van start gegaan met 61 nieuwe deelnemers. Het afgelopen jaar gaven al 48 nieuwe senioren zich op om te leren bridgen. En dat nadat de drie bridgeclubs in Soest, met name door de coronaepidemie, hun ledental sinds begin 2020 razendsnel hadden zien kelderen.

„Wij zaten met de handen in het haar. Hoe moesten we het tij keren?” zegt Armand Trippaers, bridgedocent in Soest. Hij was jarenlang voorzitter van de landelijke Bridgebond, was zelfs Europees bestuurslid en is ook plaatselijk nog bestuurlijk actief. „We hebben toen de gemeente voorgesteld om ons te helpen. We zouden graag een cursus willen opzetten om nieuwe mensen te interesseren.”

In gesprek met de gemeente kwam toen het idee naar boven om geen bijdrage uit de sportkas te vragen, maar juist uit de pot van het zogeheten sociaal domein. „Bridgen is een beproefd middel tegen eenzaamheid”, zegt Trippaers.

Netwerkje

Hij vervolgt: „Mensen spelen in kleine groepjes van vier mensen, leren elkaar snel kennen en binnen de kortste keren hebben ze een netwerkje. Er zijn nu al nieuwe mensen die afspreken thuis met elkaar verder te spelen.”

De bridgeclubs hebben geluk dat het te-

Bridge verricht wonderen tegen eenzaamheid

KAARTSPEL BRENGT MENSEN SAMEN

rugdringen van eenzaamheid een belangrijk onderwerp is op de agenda van wethouder Liesa van Aalst (VVD), die over het sociaal domein gaat. Daaronder vallen vooral zorg, participatie en werkondersteuning. Van Aalst zei bij de presentatie van het coalitieakkoord in mei al dat ze sociale

cohesie erg belangrijk vindt en dat ook bijvoorbeeld welzijn en sport daar een rol in kunnen vervullen.

„Je moet iets verzinnen om mensen uit huis te krijgen”, zegt Trippaers. „Maar je kunt niet zomaar beginnen met bridgen, je hebt op z'n minst een beginnerscursus nodig. Het kan wel, met boeken en internet, maar in de praktijk met elkaar oefenen is veel beter. We bieden mensen

een nieuwe, leuke hobby voor het leven aan, die ook nog eens snel leidt tot een nieuw netwerk. Ik ken zelfs diverse stellen die elkaar op bridge heb-



Mensen willen niet elke avond naar 87 tv-zenders kijken

– Armand Trippaers



▲ **Armand Trippaers geeft bridgelessen in de Rank in Soest.** FOTO CASPAR HUIJDEMAN

ben leren kennen. Mensen hebben veel behoefte aan contact. Ze willen niet elke avond naar 87 tv-zenders kijken.”

50-plussers

De drie bridgeclubs, inmiddels gefuseerd tot Bridge Soest, konden dankzij de medewerking van de gemeente alle 50-plussers in Soest benaderen met het aanbod om een beginnerscursus te starten. In de brief die deze bevolkingsgroep kreeg, stond ook het voordeel van de denksport genoemd als een manier om nieuwe mensen te leren kennen en uit huis te komen. Dat sloeg de spijker op z'n kop: de aanmeldingen stroomden binnen. „Dit hadden we nooit verwacht.”

Hadden de clubs tot voor kort hooguit 120 leden, nu stijgt het ledental in korte tijd tot boven de 200. De cursisten betalen 150 euro voor de lessen en dankzij een bijdrage van bijna 25.000 euro van de gemeente kan Bridge Soest de huur van zalen en andere onkosten betalen. „Na vijftien lessen kun je aardig spelen”, zegt Trippaers. „En dan hopen we dat mensen blijven bridgen op onze avonden op maandag, dinsdag en donderdag.”

De terugloop van bridgers speelt overigens landelijk. „De Bridgebond heeft de afgelopen jaren 20.000 van de 80.000 leden verloren, grotendeels door corona. Heel veel bridgeclubs kwamen in de problemen en bezonnen zich op een oplossing”, vertelt Trippaers. Die is in Soest gevonden.