

Wat is een hele goede reden voor een nog-niet-bridger om aan bridge te beginnen ?

<p>Als ik zie hoeveel sociale contacten bij al dan niet alleenstaande ouderen ontstaan via het bridgen, zeg ik:</p> <p>“WIE NIET HEEFT LEREN BRIDGEN HEEFT NIET GOED VOOR ZIJN OUDE DAG GEZORGD”</p>	<p>Het mooiste wat een ex-cursist tegen me gezegd heeft, was: ‘Jij bent de beste maatschappelijk werker die ik heb mee-gemaakt.’ Na zijn ontslag schaamde hij zich namelijk zo, dat ie zijn huis niet meer uitkwam. Door het bridgen kwam hij uit zijn isolement en heeft hij weer zin in het leven.</p>	<p>Bridge is zo'n leuk, uitnodigend en uitdagend spel, waardoor je niet alleen je mind fitness en je hart vitamines levert, maar je kunt er ook nog leuke sociale contacten aan opdoen, die je leven verrijken !</p>
<p>Een goede reden om te gaan bridgen is dat je je hersens weer eens moet gebruiken. Professor René Kahn heeft zojuist een boekje geschreven: " De tien geboden voor het brein" en gebod nummer één is : STUDEER ! Dit houdt ons brein gezond.</p>	<p>Reden om te gaan bridgen is: als je straks ouder bent, misschien alleen, en je wilt je inschrijven voor een leuke woongemeenschap voor ouderen, dan moet je wat gegevens over jezelf invullen. Daar is ongetwijfeld een vraag bij: heeft u ook hobby's?</p> <p>Als er geen bridge bij staat, blijf je onder op de lijst staan. Een vals argument natuurlijk en je krijgt er geen jongeren mee aan het bridgen.</p>	<p>Het blijft een uitdaging om met je bridgepartner het juiste bieden (tegen-) spel te vinden en daarbij je partner en je tegenstanders te respecteren en met plezier aan de bridgetafel te strijden om de punten, om geld of om de eer. Sociale vaardigheden, geheugen, spelen tactisch inzicht, verdraagzaamheid en denkvermogen worden getraind. Het enige nadeel is dat het verslavend werkt, je bent gewaarschuwd!</p>
<p>Ik kan alleen voor mijzelf spreken : Na het overlijden van mijn man wilde ik weer mensen om me heen hebben. De beste manier is BINGO of BRIDGE... De keuze was niet moeilijk. Het is nu 6 jaar geleden en ik heb er nog geen moment spijt van gehad !</p>	<p>Bridge is bij uitstek een (denk) sport, die je tot op zeer hoge leeftijd kunt blijven beoefenen. Ik heb zelf een tante van 95 jaar, die nog 2 tot 3 maal in de week bridget.</p> <p>Het is vooral voor senioren een sociale ontmoetingsplaats.</p>	<p>De allerbeste reden om te gaan bridgen is: na een avond bridge ben je de waan van de dag vergeten omdat je alleen met je gekregen kaarten en het spel bezig bent. Kortom: na een stevig robbertje bridge is de kop weer leeg!</p>
<p>Bridge = een denksport. Dus een goede hersentraining. Het is een sociaal gebeuren - team sport - waarbij men zelfs nieuwe contacten kan leggen. Ieder spel is steeds weer een nieuwe uitdaging. Al speel je nog zolang bridge men komt geen een spel tegen dat op het ander gelijkt. Dus de uitdaging blijft aanwezig en verveelt nooit.</p>	<p>Twee redenen, van de ervaring van mijn 88 jarige moeder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sociaal: door bridge heeft zij in de ene na de andere land kunnen een sociale leven voor zich bouwen. • Fysiek: het houdt jouw hersens aan het werken. 	<p>Lieve mensen, ga toch leren bridgen, het is zo leuk, zo boeiend, zo gezellig, zo goed voor de hersenen, de beste investering voor je oude dag zeggen ze, je bent niet alleen, er zijn zoveel bridgemogelijkheden, clubs en drives, het is zo gezellig.</p> <p>DOEN!!</p>