

Bridge en sportieve wensen van ouderen

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.

W.J.H. Mulier Instituut 's-Hertogenbosch, maart 2011 (studie tvv NBB)

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 doorgegroeid 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 sport stimuleringsactiviteit 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 introductiecursus 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 cursusstraject 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 plezier beleving 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 sociaaleconomische 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 (vereniging) 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.