

## Doelomschrijving Denken en Doen “District Leiden”

Denken en Doen is gericht op het vormen van communities van ouderen (55+) en van mensen met een beperking op het vergroten van het aantal sociale contacten en daarmee het ontstaan/vergroten van een sociaal netwerk.

Hierbij wordt ‘het leren van bridge’ ingezet als middel om mensen met elkaar te verbinden.

De deelnemers worden gedurende meer dan 60-wekelijkse bijeenkomsten (het is een tweejarig project) geactiveerd.

Het is een proces van ‘empowerment’ waarbij de deelnemers een netwerk krijgen, een structuur met wekelijkse bijeenkomsten en kansen om sociaal en fysiek meer actief te worden.

Na afloop wordt de deelnemers continuïteit geboden.

De unieke omstandigheden die voor ‘het leren van bridge’ nodig zijn, worden in deze opbouwfase ten volle benut. Daartoe behoren:

- het feit dat intensief moet worden samengewerkt en gecommuniceerd (je ‘krijgt’ een partner, het is een teamsport),
- het feit dat het een langlopend project betreft (looptijd twee jaar),
- het feit dat sekseverschillen (onderscheid man/vrouw) niet relevant zijn,
- het feit dat fysieke beperkingen van deelnemers (van COPD tot reuma) niet relevant zijn,
- het feit dat leeftijdsverschillen niet relevant zijn,
- het feit dat je elk half uur met andere deelnemers aan tafel zit en nieuwe kansen krijgt,
- et cetera, et cetera.

Opleidingsniveau is niet van belang, wel wordt door alle deelnemers het feit dat bridge ‘goed is voor de hersenen’, positief gewaardeerd. Deelnemers zijn trots om in Denken en Doen te participeren en voelen geen drempel als ze uitgenodigd worden voor zo’n project.

Elke ochtend of middag wordt als het ware een ‘uitje’. Nogmaals: **het doel** is een sociaal netwerk, bridge(les) is slechts het middel.

Er zijn drie exclusiecriteria voor deelname: het niet beheersen van de Nederlandse taal; het hebben van een ernstige visuele beperking en het hebben van een serieus verlies aan geheugen en/of een andere geestelijke beperking. Per project kunnen ruim 50 deelnemers worden geplaatst.

Denken en Doen van de Nederlandse Bridgebond is uitvoerig onderzocht en zeer positief beoordeeld. Denken en Doen is als ‘goed onderbouwde interventie’ erkend. Separaat is door zowel Nivel als het Mulier Instituut onderzoek gedaan naar de effecten op eenzaamheid onder deelnemers, waarbij is geconcludeerd dat de eenzaamheid significant afneemt.

## *Subdoelen*

In Denken en Doen staan de volgende subdoelen centraal:

1. Het ontmoeten van andere mensen en het kunnen aangaan en onderhouden van sociale verbanden, om op die manier deel te (blijven) nemen aan het lokale maatschappelijke leven;
2. Het realiseren van netwerken in buurt en wijk in de vorm van bridgeclubs of speelmomenten van een bestaande bridgeclub voor mensen, die niet meer in het arbeidsproces zitten.
3. Deelnemers voor een periode van twee jaar of langer laten deelnemen in deze of soortgelijke netwerken, bij voorkeur in de vorm van een lidmaatschap van een vereniging.

Als *implementatiedoelen* kunnen hierbij verder worden genoemd:

4. Het voort laten bestaan (continuïteit) van deze netwerken langer dan twee jaar, hetzij als zelfstandige bridgeclub, hetzij als satellietclub/middagclub/eigen lijn van een bestaande bridgeclub in de wijk of buurt;
5. Het bieden van een instrument voor gemeenten (en andere aanbieders) dat geschikt is om in te zetten bij hun ouderenbeleid op het gebied van ouderenparticipatie en eenzaamheidsbestrijding.