



15 ÅR MED GOLF - GRØNN GLEDE

OPPSUMMERING 2005 - 2020



Norges
Golfforbund

Innledning

I 15 år har golfklubbene og Norges Golfforbund (NGF) gitt personer med behov for tilrettelegging et golftilbud gjennom Golf - Grønn Glede (GGG). Her gis deltakerne mulighet til å være aktive etter egne forutsetninger og ønsker, samtidig som det sosiale ivaretas. Fokus er på helse, samt at alle kan delta. GGG skal rekruttere nye målgrupper til golf, motivere til fysisk aktivitet og spre glede!

Denne rapporten baserer seg på deltakerklubbens årlige aktivitetsrapporter, samt årlige deltakerundersøkelser.



Bakgrunn

Personer med nedsatt funksjonsevne er mindre fysisk aktiv enn befolkningen for øvrig og nesten 20 % oppgir å være inaktiv. Langt færre personer med nedsatt funksjonsevne deltar i organisert idrett gjennom NIF enn i befolkningen for øvrig¹. Gjennom GGG ønsker NGF blant annet å bidra til å få deltakerne i varig fysisk aktivitet. Jevnlig fysisk aktivitet gir en rekke positive helseeffekter og personer med et lavt fysisk aktivitetsnivå vil oppnå store helsegevinster hvis de bli regelmessig fysisk aktive. Golf er idrett som passer godt i forhold til myndighetenes anbefalinger². I løpet av en 18-hulls golfrunde går man ca. 11 km og en runde golf vil kunne bedre kondisjon, virke positivt på kolesterolnivået i blodet, redusere livmålet og gi psykisk velvære.

I 2004 hadde NGF overtatt ansvaret for integrering av funksjonshemmede, og samtidig hadde forbundet et ønske om større fokus på golf som helsebringende aktivitet. Gjennom GGG ønsket NGF og klubbene å etablere gode møteplasser og et godt aktivitetstilbud for personer med behov for tilrettelegging, inkludert gruppen «Grønn resept»³.

Målsetting

GGGs målsetting er økt fokus på golf i en helsefremmende sammenheng, samt gjøre golf kjent som en aktivitet som kan drives av alle.

GGG skal:

- Rekruttere nye målgrupper til golf.
- Motivere deltakerne til å komme i varig fysisk aktivitet.
- Spre glede.

1) https://bufdir.no/Statistikk_og_analyse/Nedsatt_funksjonsevne/Deltakelse_og_fritid/Idrett_fysisk_aktivitet_og_kultur/

2) Tangen J.O. (2009). 9 hull til bedre helse. Golfens helsegevinst i relasjon til myndighetenes anbefalinger. NGF.

3) Grønn resept ble innført i 2003 for pasienter med diabetes type 2 eller høyt blodtrykk, og senere utvidet til også å gjelde sykkelig overvekt. Grønn resept er tiltak for å behandle livsstilssykdommer uten bruk av medisin, og er en avtale mellom lege og pasient som angir type, frekvens og dosering av behandlingsformer som et alternativ til bruk av legemidler (https://sml.snl.no/gr%C3%B8nn_resept).





Målgruppe

Målgruppen er personer med behov for tilrettelagt aktivitet og inkluderer blant annet bevegelseshemmede, utviklingshemmede, synshemmede, hørselshemmede, kreftrammede, hjerte- og lungesyke, psykiske helseproblemer, rusproblemer, diabetes, uføretrygdde, langtidssykemeldte og utsatt ungdom. Klubbene velger selv sin(e) målgruppe(r), og de fleste deltakerklubbene tilrettelegger for flere målgrupper.

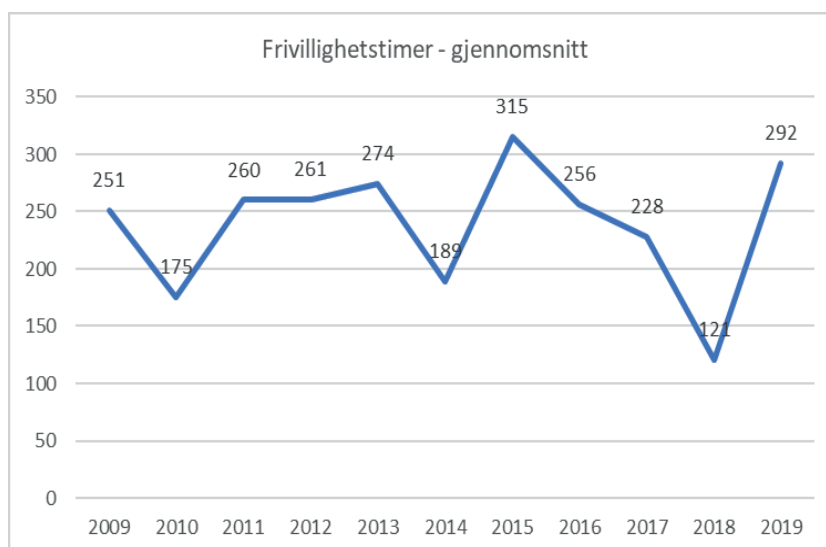
Golf – Grønn Glede i klubb

Alle deltakerklubbene i GGG har skriftlig avtale med NGF som inkluderer at klubbens styre har fattet et vedtak om deltakelse. Ifølge avtalen er klubbene ansvarlig for den golfidrettslige opplæringen og skal legge til rette for trening i gruppe hver uke hele sesongen. Opplæringen skal bygge på nybegynnerkurset «Veien til golf» (VTG). Klubbene har en GGG ansvarlig, samt en ressursgruppe bestående av tre personer. GGG ansvarlig kan være en ansatt, men er ofte en frivillig.

Selv om GGG skal være gjenkjennelig er det forskjeller mellom klubbene blant annet i forhold til målgruppe(r), antall deltakere, antall økter og kostnader:

- De fleste klubbene har en ukentlig aktivitet i sesongen, men noen tilbyr mer og noen mindre. Eksempelvis har enkelte klubber drop-in aktivitet for rehabiliteringsinstitusjoner som tilbys noen ganger gjennom sesongen.
- Det oppfordres til aktivitet hele året og over halvparten av klubbene har aktivitet også om vinteren. Noen trener og spiller ute hele året, men mange har aktivitet på innendørs golfsenter om vinteren.
- Nybegynneropplæringen baserer seg på VTG. De fleste sprer opplæringen utover sesongen, men noen tilbyr intensiv opplæring ved oppstart.
- GGG er et lavterskeltilbud og kostnaden ved deltakelse skal være lav. NGF oppfordrer til å ha deltakeravgift, men enkelte velger å gi et gratistilbud. I noen klubber er kostnaden lav så lenge man er en del av GGG, mens andre har en trinnvis økning hvor man i løpet av 3-4 år forventes å dekke kostnadene knyttet til et ordinært medlemskap.
- Deltakerne blir fulgt opp av GGG ansvarlig, profesjonelle/frivillige trenere, ansatte/frivillige i klubben og samarbeidspartnere. Tidligere GGG deltakere har også blitt frivillige, og noen har tatt trenerutdanning og bidrar som frivillige trenere. Vi ser av den årlige deltakerundersøkelsen at et stort flertall av deltakerne føler seg godt ivaretatt i klubben.
- Frivilligheten står sterkt i GGG klubbene, og mange organiserer sine tilbud primært med frivillig innsats. Hvor mange frivillighetstimer klubbene bruker på GGG per år varierer mellom noen få og flere hundre, og i 2019 rapporterte en av GGG klubbene alene om 6300 frivillighetstimer. Figur 1 viser klubbenes gjennomsnittlige frivillighetstimer brukt på GGG i perioden 2009 til 2019.

FIGUR 1 ANTALL FRIVILLIGHETSTIMER (GJENNOMSNIITT) BRUK PER ÅR PÅ GGG I KLUBB:

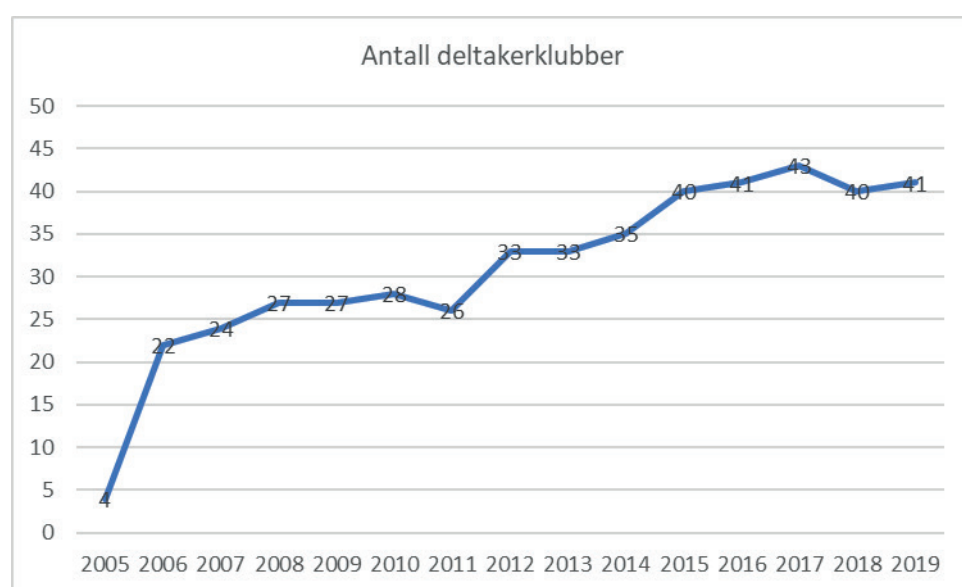


Mange deltakere trekker fram det sosiale som en motivasjon til å trene/spille golf og felles for alle GGG klubbene er at det sosiale står svært sentralt. I tillegg til ordinær golftrening som inkluderer sosiale samling før eller etter treningen, legger klubbene til rette for blant annet spill på andre baner og sosiale sammenkomster som julebord og sommerfester. Mange GGG deltakere ender opp med å bli i GGG gruppen over flere år da de ikke bare har funnet en ny fritidsinteresse, men også et nytt nettverk og nye venner.

Deltakerklubber

Fra fire klubber i 2005 har antall deltakerklubber økt til 41 i 2019, noe som er en liten nedgang fra 2017 da det totalt var 43 klubber knyttet til GGG. Figur 2 viser utviklingen i antall deltakerklubber fra 2005 til 2019.

FIGUR 2 ANTALL DELTAKERKLUBBER:



Totalt har 68 golfklubber vært innom GGG i løpet av 15 år, noe som inkluderer tre klubber som har gått konkurs og hvor ny klubb har blitt opprettet og GGG aktivitet videreført⁴.

Av oppstartklubbene er Ballerud GK og Hvam GK fortsatt med, men også på Aurskog har det vært organisert GGG aktivitet i 15 år, først gjennom Aurskog Finstadbru GK og deretter gjennom Romerike GK. Også andre golfklubber har vært en del av GGG over mange år, og tabell 1 gir en oversikt over deltakerklubber i periode 2005 - 2019.

4) Aurskog Finstadbru GK/Romerike GK, Grenland GK/Grenland og Omegn GK, Kongsvinger GK/Kongsvingers GK.

TABELL 1 OVERSIKT OVER DELTAKERKLUBBER I PERIODEN 2005-2019

Deltakerklubber	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
Alta GK										x	x	x	x	x	
Arendal og Omegn GK		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Asker GK							x	x	x	x	x	x	x	x	x
Askim GK													x		x
Atlungstad GK															x
Aurskog Finstadbru GK	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x		
Ballerud GK	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Bjaavann GK								x	x	x	x	x	x	x	x
Bjørnefjorden GK				x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Bodø GK								x	x	x	x				
Borre GK		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Borregaard GK	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x			
Bærum GK												x	x	x	x
Drammen GK											x	x	x	x	x
Drøbak GK		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Ekholtbruket GK			x			x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Elverum GK		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Gamle Fredrikstad GK												x	x		
Gjerdrum GK								x	x	x	x	x	x	x	x
Gjøvik og Toten GK		x	x	x											
Grenland GK		x	x	x	x	x	x	x	x						
Grenland og Omegn GK													x	x	x
Grønmo GK										x	x	x	x	x	x
Haga GK											x	x	x	x	
Hakadal GK													x	x	x
Halden GK											x				
Hallingdal GK						x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Haugaland GK							x	x	x		x	x	x	x	
Hauger GK												x	x	x	x
Husøy GK		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Hvam GK	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Jæren GK		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

TABELL 1 FORTS.

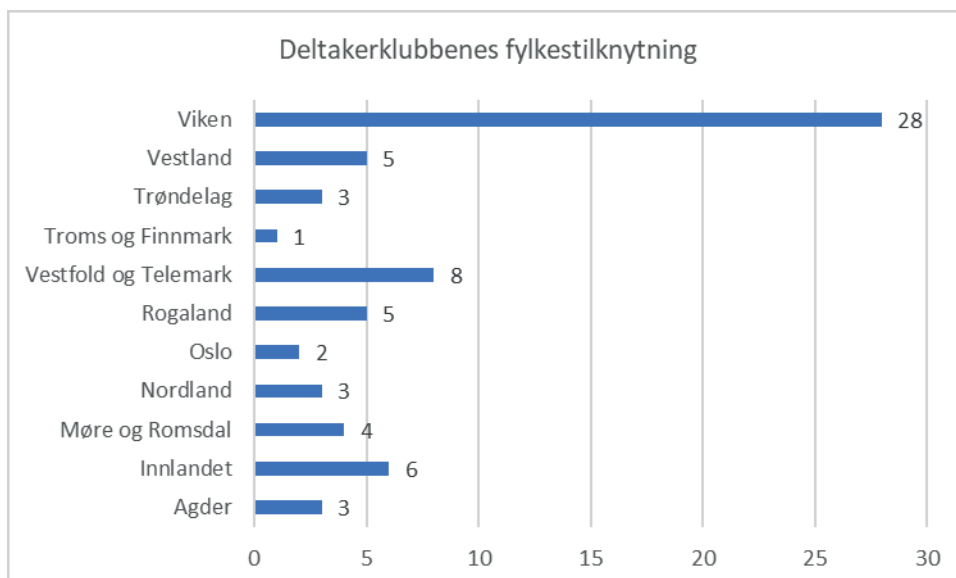
Deltakerklubber	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
Karmøy GK												x			
Kjekstad GK				x	x	x							x	x	x
Kongsvinger GK						x	x								
Kongsvingers GK								x	x	x	x	x	x	x	x
Kragerø GK														x	x
Kristiansand GK									x	x	x				
Kristiansund og Omegn GK													x	x	x
Lofoten GK		x	x	x	x	x	x	x							
Lommedalen GK								x	x	x	x				
Losby GK										x					
Modum GK		x	x	x	x	x	x	x							
Molde GK		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Mørk GK				x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Nordhaug GK											x	x	x		x
Nøtterøy GK		x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Odda GK											x	x			
Ogna GK										x	x	x	x	x	x
Onsøy GK								x	x	x	x	x	x		
Oslo GK		x	x	x	x										
Randaberg GK							x	x	x						
Re GK							x	x	x	x	x	x	x	x	x
Romerike GK														x	x
Salten GK		x	x	x	x	x		x	x	x	x	x	x	x	x
Sande GK			x	x	x	x									
Selbu GK		x	x	x	x	x									
Selje GK		x	x	x	x										
Ski GK		x	x	x	x	x									
Sola GK						x									
Soon GK										x	x	x	x	x	x
Sotra GK													x	x	x
Stiklestad GK												x	x	x	x
Tingvoll GK								x	x	x	x	x	x	x	x
Trondheim GK				x	x	x	x	x	x	x	x	x			
Valdres GK										x	x	x	x	x	x
Vestfold GK		x	x	x	x	x	x	x	x						x
Ålesund GK									x	x	x	x	x	x	x
Totalt	4	22	24	27	27	28	26	33	33	35	40	41	43	40	41





Alle landets fylker er, eller har vært, representert med en eller flere GGG klubber. Figur 3 viser at Viken har hatt flest GGG klubber noe som kan forklares med at dette er det fylket i Norge med flest golfklubber.

FIGUR 3 DELTAKERKLUBBENES FYLKESTILKNYTNING.



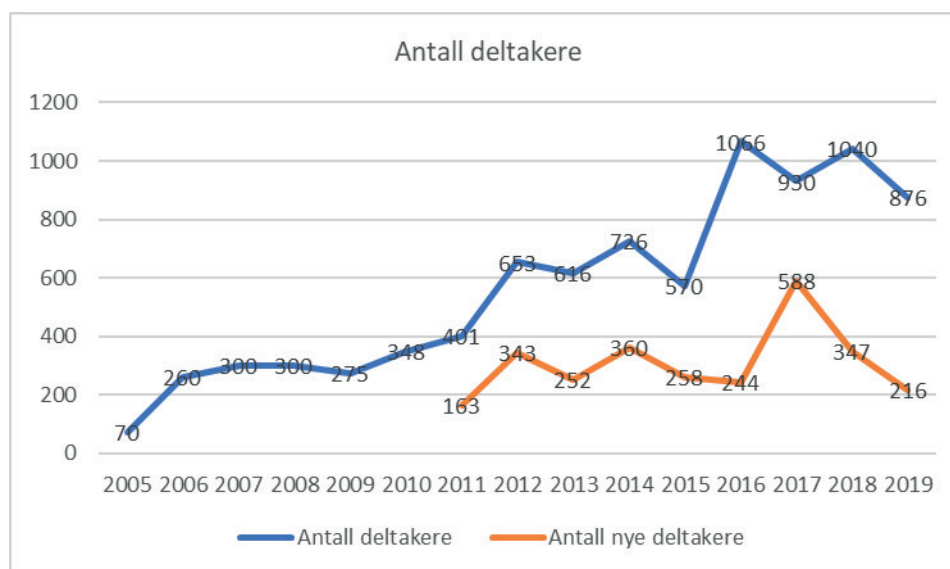


Deltakere

I 2005 var det 70 deltakere i GGG og antallet har steget i takt med antall deltakerklubber og utviklingen av tilbudet i den enkelte klubb. Det foreløpige toppåret var 2016 hvor klubbene rapporterte om totalt 1066 deltakere, mens det i 2019 var 876 deltakere. Dette inkluderer drop-in deltakere i klubber som f. eks tilbyr utprøving i samarbeid med rehabiliteringsinstitusjoner.

Antall deltakere varierer mellom klubbene, noe som er naturlig både i forhold til klubbens beliggenhet, ressurser og det arbeidet klubbene legger ned i sitt GGG tilbud. Den blå linjen i figur 4 viser utviklingen i antall deltakere i perioden 2005 til 2019.

FIGUR 4 ANTALL DELTAKERE OG ANTALL NYE DELTAKERE



Rekruttering er det som klubbene oppgir å være den største utfordringen for å lykkes med GGG; det er tidkrevende og responsen ofte dårlig. De klubbene som lykkes best, er de som har gode lokale samarbeidspartnere og hvor deltakerne rekrutterer i eget nettverk. Den oransje linjen i figur 4 viser antall nye deltakere per år for perioden 2011 - 2019.

Det er stor variasjon i deltakernes alder, fra barn til supersenior, men de fleste deltakerne er «godt voksne». Enkelte klubber har tiltak rettet mot unge/unge voksne, men ingen har egne tiltak rettet mot barn. Kjønnfordelingen er jevnere enn i golfen for øvrig, men også i GGG er det en overvekt av menn (ca. 35 % kvinner og 65 % menn).

Samarbeidspartnere

GGG er i januar 2020 et samarbeid mellom NGF, norsk golfklubber, Lyberg & Partnere, Mental Helse, Diabetesforbundet og Landsforeningen for Hjerte- og Lungesyke (LHL). Tidligere har også If forsikring, Codan forsikring og Kreftforeningen vært samarbeidspartnere.

Lokalt har klubbene en rekke formelle og uformelle samarbeidspartnere innen ulike sektorer, hvor samarbeidet primært handler om synliggjøring av golf som helsebringende aktivitet og rekruttering.

Noen klubber har et tett samarbeid med ulike enheter i kommunen og ideelle organisasjoner, som bidrar til rekruttering og hvor de i enkelte tilfeller også deltar i aktiviteten sammen med egne brukere. For å styrke samarbeidet tilbyr enkelte klubber gratis deltakelse på VTB kurs for samarbeidspartnere hvor ansatte skal delta i aktiviteten.

Økonomi

En av NGFs forpliktelse til GGG klubbene er et årlig tilskudd som skal stimulere til aktivitet. I tillegg inviterer NGF til en samling for ressurspersoner i klubb, samt GGG Open som er en sterkt subsidiert turnering for deltakere og ledere. En ansatt i NGF bruker ca. 60 % av et årsverk på tilrettelagt golf (GGG og paragolf).

Deltakere betaler egenandel for aktivitet i klubb, men denne holdes lav slik at økonomi ikke skal være en barriere for deltakelse. Deltakerne kan låne golfutstyr, og klubbene anbefales å ha kontingentkategorier som gjør det mulig for den enkelte å bli medlem av klubb.

Pilotprosjektet i 2005 ble gjennomført med midler fra NGF, og man brukte dette året til å søke eksterne midler. I 2006 og 2007 ble GGG gjennomført som et prosjekt med midler fra Stiftelsen Dam. Siden da har GGG og GGG Open vært finansiert med en rekke eksterne og øremerkede midler blant annet fra Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF), If forsikring, Codan forsikring, Lyberg & Partnere, Kreftforeningen, Helsedirektoratet, Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, Stiftelsen Dam, Viken fylke (Akershus), idrettskretser bl.a. Vestfold og Telemark, Viken og Innlandet, samt Helle Bennetts Almennyttige Fond.

NGF er avhengig av eksterne tilskuddsordninger for å finansiere GGG og GGG Open. Bortfall av sponsorer, samarbeidspartnere og endringer i søknadsbaserte ordninger, samtidig som GGG har fått flere deltakerklubber, har ført til at aktivitetstilskuddet til klubbene har blitt redusert de siste årene. Klubbene oppfordres til å søke økonomisk støtte regionalt og lokalt.

Ressurssamling

Det har i hele perioden blitt arrangert en årlig ressurssamling for klubbenes GGG ansvarlig. Dette har vært en arena for evaluering, planlegging, nettverksbygging, erfaringsutveksling og kompetanseheving. De siste årene har samlingen vært samkjørt med NGFs årlige fagdager og noen av innleggene har vært åpne for deltakere fra klubber uten tilknytning til GGG. NGF dekker deltakelse inkludert reise for en person per GGG klubb.



Golf-Grønn Glede Open

Golf – Grønn Glede Open (GGG Open) er en turnering for deltakere og ledsagere i GGG, samt funksjonshemmede golfspillere fra andre klubber. Turneringen ble første gang arrangert i Sande GK i 2008 og har, bortsett fra i 2015 da den ble avlyst på grunn av oversvømt bane, vært arrangert årlig. Tabell 2 viser arrangørklubber og deltakelse i perioden 2008 – 2019.

TABELL 2 GOLF - GRØNN GLEDE OPEN: ARRANGØRKLUBBER OG DELTAKELSE:

ÅR	ARRANGØRKLUBB	HULL	DELTAKERE	KLUBBER
2008	Sande GK	2 x 18/9	90	11
2009	Aurskog Finstadbru GK	18/9	100	12
2010	Drøbak GK	2 x 18/9	100	12
2011	Nøtterøy GK	2 x 18/9	70	10
2012	Elverum GK	2 x 18/9	75	16
2013	Asker GK	2 x 18/9	110	15
2014	Kongsvingers GK	2 x 18/9	100	11
2015	Avlyst			
2016	Mørk GK ⁵	2 x 18/9	80/52	12
2017	Asker GK ²	2 x 18/9	84/56	12
2018	Romerike GK	18/9	84	12
2019	Bjaavann GK	18/9	70	9

GGG Open har en sosial profil og målet er at turneringen skal være en lavterskel møteplass hvor konkurranseaspektet er tonet ned og spilleformen tilpasset mindre erfarne golfspillere. Antall spillere i turneringen vært jevnt god, med 2013 som er foreløpig toppår.

Turneringen ble i starten spilt over to runder/to dager, men fra 2018 har man valgt å spille kun en runde. Fra 2017 har man inkludert en ferdighetskonkurranse på treningsfeltet for spillere som ikke har ferdighet evt. funksjonsevne til å spille på bane.

Resultater/måloppnåelse

GGGs målsetting er økt fokus på golf i en helsefremmende sammenheng, samt gjøre golf kjent som en aktivitet som kan drives av alle.

GGG skal rekruttere nye målgrupper til golf

GGG henvender seg til personer med ulik grad av nedsatt funksjonsevne, og tilbyr lavterskel tilrettelagt golfaktivitet. Antall deltakerklubber og antall deltakere har vært i positiv utvikling gjennom perioden, og klubbene etablerer varige tilbud, rekrutterer nye deltakere og beholder deltakerne over tid. Dette er personer i stor grad ikke hadde kommet til golfen av seg selv, og vi mener på denne bakgrunn at GGG når målet om å rekruttere nye målgrupper til golf.

5) GGG Open ble spilt som to separate turneringer: dag 1 Texas Scramble og dag 2 Fourball.

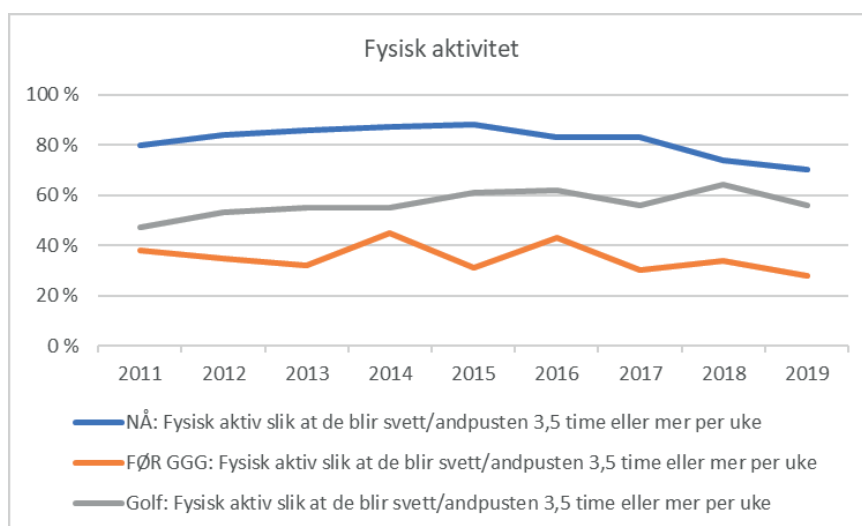
GGG skal motivere deltakerne til å komme i varig fysisk aktivitet

I 2011 implementerte vi spørsmål i deltakerundersøkelsen som omhandler deltakernes fysiske aktivitetsnivå før og etter oppstart i GGG. Figur 5 viser fysisk aktivitetsnivå slik at de blir svett/andpusten i 3,5 time eller mer per uke⁶, og vi ser at fysiske aktivitetsnivå har økt betraktelig etter at de ble med i GGG (blå linje) sammenlignet med før (oransje linje). De fleste deltakere er fysisk aktiv på flere arenaer enn golf, men også gjennom golf har deltakerne fått en fin økning i sitt fysiske aktivitetsnivå (grå linje).

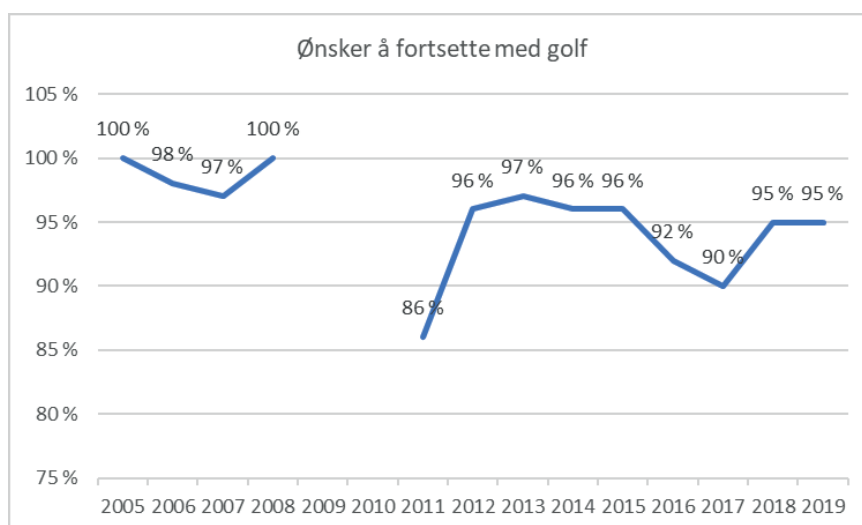
Figur 6 viser at de fleste deltakerne i GGG ønsker å fortsette med golf, noe vi tror skyldes at klubbene har evnet å etablere tilrettelagte tilbud hvor deltakerne opplever mestring, glede, sosial tilhørighet og inkludering⁷.

Basert på deltakernes økning i fysisk aktivitetsnivå generelt og i golf spesielt, samt deltakerne ønske om å fortsette med golf, mener vi at GGG når målet om å motivere deltakerne til å komme i varig fysisk aktivitet.

FIGUR 5 DELTAKERNES FYSISKE AKTIVITETSNIVÅ FØR GGG OG ETTER OPPSTART GGG:



FIGUR 6 DELTAKERNES ØNSKE OM Å FORTSETTE MED GOLF:



6) I 2014 kom Helsedirektoratet med nye anbefalinger for fysisk aktivitet. Voksne bør være i moderat fysisk aktivitet minst 2,5 timer i uken, noe som er en endring fra tidligere anbefalinger på minst 3,5 timer i uken. For å kunne sammenligne over tid har vi valgt å beholde svaralternativ som er brukt i undersøkelser før 2014.

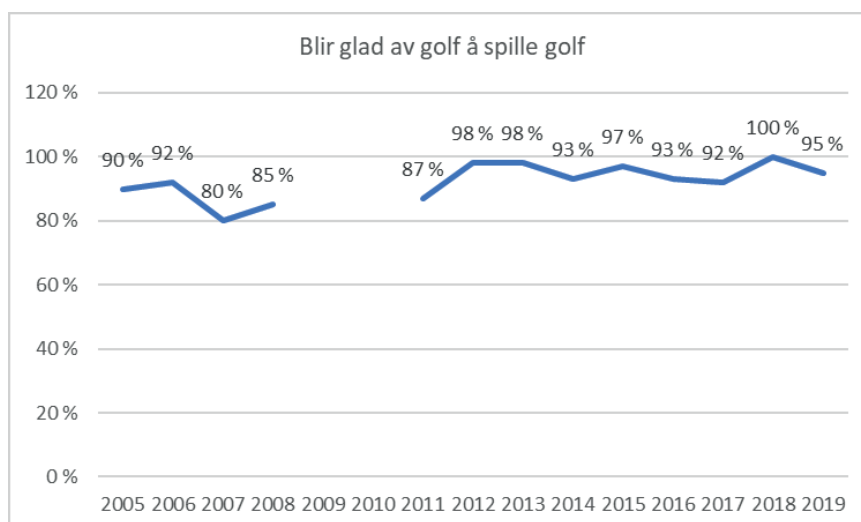
7) I 2009 og 2010 ble det ikke gjennomført deltakerundersøkelse, og vi mangler tall fra disse årene.



GGG skal spre glede!

I deltakerundersøkelsen ber vi deltakerne vekte påstanden «Jeg blir glad av å spille golf» på en skala mellom 1 og 6, hvor 1 indikerer stemmer ikke, og 6 stemmer veldig godt. Figur 7 viser at andelen av deltakerne som blir glad av å spille golf er veldig høy⁸⁾, noe vi tolker som at GGG sprer glede.

FIGUR 7: DELTAKERNES VEKTING AV PÅSTANDEN «JEG BLIR GLAD AV Å SPILLE GOLF».



8) Vi har her definert 4 og høyere som å bli glad av å spille golf.

Avsluttende kommentar

GGG er avhengig av eksterne midler, og en blanding av bortfall av sponsorer og endringer i søknadsbaserte ordninger gjør den økonomiske situasjonen utfordrende. Det er ingen grunn til å tro at dette blir lettere fremover, men det er likevel vårt mål at GGG skal bestå sånn som vi kjenner det og at vi skal fortsette å tilby tilrettelagt golfaktivitet for personer med nedsatt funksjonsevne også de kommende årene.

NGF og golfklubbene har all grunn til være stolt over å ha etablert og utviklet et konsept som gjennom 15 år har vært til glede og nytte for flere hundre GGG deltakere. Hver og en av disse har sin unike historie, og i enkelte tilfeller har GGG vært med på å endre liv i en positiv retning. Det skal vi fortsette med. For å minne oss selv på det unike med GGG, avslutter vi denne oppsummeringen av GGG gjennom 15 år med noen utsagn fra deltakere:

«Har gått ned ca. 40 kg. Tar ikke medisiner lengre for diabetesen. Blodtrykket mitt var meget høyt, nå ligger blodtrykket for en person fra 27 - 30 år. Depresjonen og angsten min er kraftig redusert, tør å være ute blant folk.»

«Jeg er blitt trener 1. Trener da barn og unge. Dette har gitt meg selvtilit, og en meningsfylt hverdag. Nå er det lettere å motta trygd, jeg gjør noe for pengene.»

«Å delta der er glede fra oppmøte til hjemreise. Det er som en vitaminsprøyte som gir overskudd. Latteren sitter løst!! Herlig!»

«Kreften har rammet meg hardt også økonomisk. Uten Golf - Grønn Glede hadde jeg og min samboer ikke hatt mulighet til å fortsette med golf. Den subsidierte medlemsavgiften gjorde det mulig for oss.»

«Grønn glede er utrolig viktig! Hører dette på de turneringene jeg er på i grønn glede sammenheng, at grønn glede har reddet livet til flere enn en. Folk har noe å gå til som hver og en føler et mestringsnivå. Så dette må vi bare fortsette med og jeg håper også NGF ser det samme og at dere også klarer å dra i land flere kroner for å styrke denne aktiviteten. Alle som deltar, har fått et større sosialt nettverk og en økt livskvalitet.»

«Komme meg ut av huset for å treffe andre. Være ute. Har ikke vært så mye ute en sommer noen gang, så det er veldig positivt.»

«Turneringene hver høst. Kjempeartig å møte andre GGG'ere fra andre steder i landet og spille turnering. Det er noe som man ser frem til hele sesongen.»

«Som leder av lokallag i LHL er det veldig stimulerende at vi har fått denne nye «likemannsaktiviteten». Dette gir økt mestringsevne for meg som er hjertesyk!»

«GGG er hele grunnlaget for at jeg har anledning til å delta og spille golf. Jeg håper å utvikle mine golfferdigheter videre og oppnå større mestringsfølelse. Et medlemskap i klubben er såpass kostbart at det må komme når jeg er tilbake i arbeid. Er svært takknemlig for GGG og i særdeleshet turneringene og det sosiale rundt dette.»

«Golf gir meg motivasjon til å komme gjennom dagene rusfri. Gjøre de rette valgene.»

«Det er viktig for meg at jeg kan beholde helsa på et nivå som gjør det mulig for meg å fortsette å spille golf - glede meg over egen og andres fremgang. Å få gå ute i godt og dårlig vær, høre fuglene kvitre til småbanning fra en engasjert flight. Kanskje oppleve par på hull 3 - da er det godt å leve!»

