



# Golfen i Verdensmålene

## Verdensmål nr. 3: Sundhed og trivsel

WHO definerer sundhed som *“a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.”*

På globalt niveau er millioner af menneskers sundhed og trivsel på et uacceptabelt niveau, selvom forekomsten af en smitsomme sygdomme er for nedadgående eller stagnerende, Cancer dræber millioner hvert år, og end 8 millioner lider af tobaksrelaterede sygdomme. Fejlnæring er et stigende problem.

At golf er sundt er uden for enhver diskussion. Golfen bidrager til den enkeltes sundhed og trivsel, både den fysiske sundhed gennem masser af frisk luft og motion og den mentale gennem et socialt samvær. Hertil kommer tilbud om sund mad, gerne baseret på økologiske råvarer i klubbens restaurant.

Den fysiske side kommer automatisk gennem spillet, der kan dyrkes både uformelt eller mere formelt gennem en af de mange klubber i klubben, som mikroklub, juniorklub, dameklub, herreklub, seniorklub osv., der typisk findes i golfklubber eller ved matcher. I Roskilde Golf Klub (RoGK) sættes medlemmernes trivsel, dvs. det sociale miljø, i højsædet. Dette gøres ikke mindst gennem en aktiv indsats fra en lang række frivillige, der dels arbejder i klubbens bestyrelse og i en lang række udvalg under bestyrelsen. Specielt sikrer en velfungerende mentorordning, at nye medlemmer både introduceres golfspillets aspekter samt fra starten 'føler sig hjemme' og som en del af klubben.

Det siges at 'uden mad og drikke, duer helten ikke', så en velfungerende og velassorteret restaurant et væsentligt element i såvel den fysiske som den sociale/mentale sundhed. I tidsånden er et fokus på økologi til glæde for såvel klubbens medlemmer som for det eksterne miljø. I RoGK er ca. 10-12% af restaurantens madtilbud i dag baseret på økologiske råvarer – en procentsats, der gerne må øges

Et specielt fokusområde for RoGK er ReHab golf, der giver klubmedlemmer med et fysisk handicap mulighed for at dyrke golfspillet. ReHab fokuserer specielt på rehabilitering af hjerneskadede efter blodpropper/hjerneblødninger (hvoraf navnet). ReHab golf involverer en lang række frivillige i klubben, der denne vej rundt gør et kæmpe arbejde for denne specielle gruppe medlemmers sundhed og trivsel.

Relaterede Verdensmål:

- Mål 4: Kvalitetsuddannelse
- Mål 5: Ligestilling mellem kønnene
- Mål 6: Rent vand og sanitet
- Mål 17: Partnerskab for handling

(For detaljer om Verdensmål 3, se: <https://sustainabledevelopment.un.org/sdg3>)

Lars Carlsen & Jan Eriksen