

Disse 3 Smørblomster hjælper dig tilbage til livet



Lis Jessen, Lotte Y og Lone Z er det trekløver i Smørum Golfklub, der har den tætteste fysiske kontakt med REHAB Golferne, og deres arbejde er helt uvurderligt. (FOTO: LIS JESSEN)

En lille håndfuld frivillige i Smørum Golfklub bruger en del af deres tid på at hjælpe andre, der er blevet ramt af ulykke eller sygdom. Hjælpen får langt fleste tilbage som glade aktive...

I Smørum golfklub er vi rigtig stolte over at være sikkerhedsnet for mennesker, der har et særligt behov for hjælp. Det gælder vores egne klubmedlemmer og regionens golfkolleger, der rammes af blodpropper, ulykker, fysisk invaliderende sygdomme og lignende.

Det vi kan hjælpe med, er rehabiliteringsgolf - eller i daglig tale REHAB Golf. De mest

synlige aktiviteter finder sted næsten hver fredag formiddag i sommerhalvåret i Smørum Golfklub.

”Vi synes ærligt talt, at alle i klubben burde vide mere om REHAB Golf. Langt de fleste af os kender, eller har hørt om nogle, hvor uheldet har været ude. Mange af os er ovenikøbet selv i risikogruppen for såvel blodpropper (herunder hjerneblødninger) som livsstilssygdomme, der kan resultere i et behov for genoptræning”, siger Lis Jessen, Lotte Y og Lone Z.

Den sociale lim

I Smørum Golfklub er det netop de tre medlemmer Lis, Lotte og Lone, der er de praktiske, varme og hjælpende hænder til støtte, de motiverende hjælpere, der går med, og den sociale lim, der binder alle de deltagende sammen. Steffen sikrer, at vi kan købe kaffe på hul 19 (Læs: Restaurant Eagle), så der også er mulighed for lidt evaluering og social hygge efter golfunden.

REHAB Golf er ikke en fiks ide, men et forskningsmæssigt resultat fra et længevarende tysk lægeligt forskningsprojekt. Det viste, at golf er væsentligt mere effektivt end både fitnessmaskiner, gymnastik og massage tilsammen, fordi det kombinerer både balance, mange muskelgrupper på samme tid, koncentration, konkurrence og det sociale element.

Bonus ved hjælpen

Hele projektet omkring REHAB-Golf er landsdækkende, og 24 danske golfklubber har valgt at følge initiativet og tage socialt ansvar (CSR – Corporate Social Responsibility). Det sker som en slags hjælp til selvhjælp for klubbernes egne medlemmer, og for de REHAB-spillere udefra, der har behov.

Det landsdækkende netværk styres af Jens Bouet, som er CEO i Dansk Handicap Forbund. Jens er tillige golfaktiv og medlem af Smørum Golfklub, og han giver lejlighedsvis en hånd med om fredagen.

Derfor har vi i Smørum Golfklub nogle solide og effektive værktøjer, så golfen ikke behøver at blive opgivet, hvis uheldet har været ude. Kender du nogle, der har en fysisk funktionsnedsættelse, og som gerne selv vil være med til at få gang i kroppen, så bed hende eller ham om at kontakte Tuula Undall i Sekretariatet. [Klik her for mail](#), eller ring 4497 3700.

Tilbuddet gælder naturligvis også, selv om man ikke har spillet golf før.