

# DANSK GOLF UNION

---

Spil med

**DIGITALE ANBEFALINGER**  
FOR BØRN OG UNGE I GOLFKLUBBERNE



# DIGITALE ANBEFALINGER FOR BØRN OG UNGE I GOLFKLUBBERNE

Golfklubberne er for mange børn og unge mere end blot et sted at dyrke sport. Det er et socialt fællesskab og et frirum, hvor man mødes på tværs af alder og niveau, opbygger relationer og oplever nærvær i samspillet med andre og med naturen. I en digital tid, hvor smartphones, apps og sociale medier fylder mere end nogensinde, spiller teknologien en stadig større rolle – både i hverdagen og på golfbanen.

GPS-ure, videoanalyse, baneguides og digitale scorekort er blevet en naturlig del af spillet. Digitale fællesskaber kan styrke sammenholdet i klubberne, men teknologien kan også skabe udfordringer: tab af fokus, mindre nærvær og risiko for uønsket deling af billeder og beskeder.

Forskning viser, at danske børn og unge bruger flere timer dagligt foran skærme, især i de ældre aldersgrupper, og at skærnbrug kan påvirke trivsel, søvn og koncentration. Mange klubber oplever, at mobiltelefoner fylder mere til træning, i pauser, på banen og sociale rum, og at det kan gå ud over trivsel, samvær og fokus. Derfor mener vi, at det er vigtigt at skabe frirum og anbefalinger for skærnbrug, så børn og unge får mulighed for at dyrke sociale relationer og være til stede – også i en digital tid.

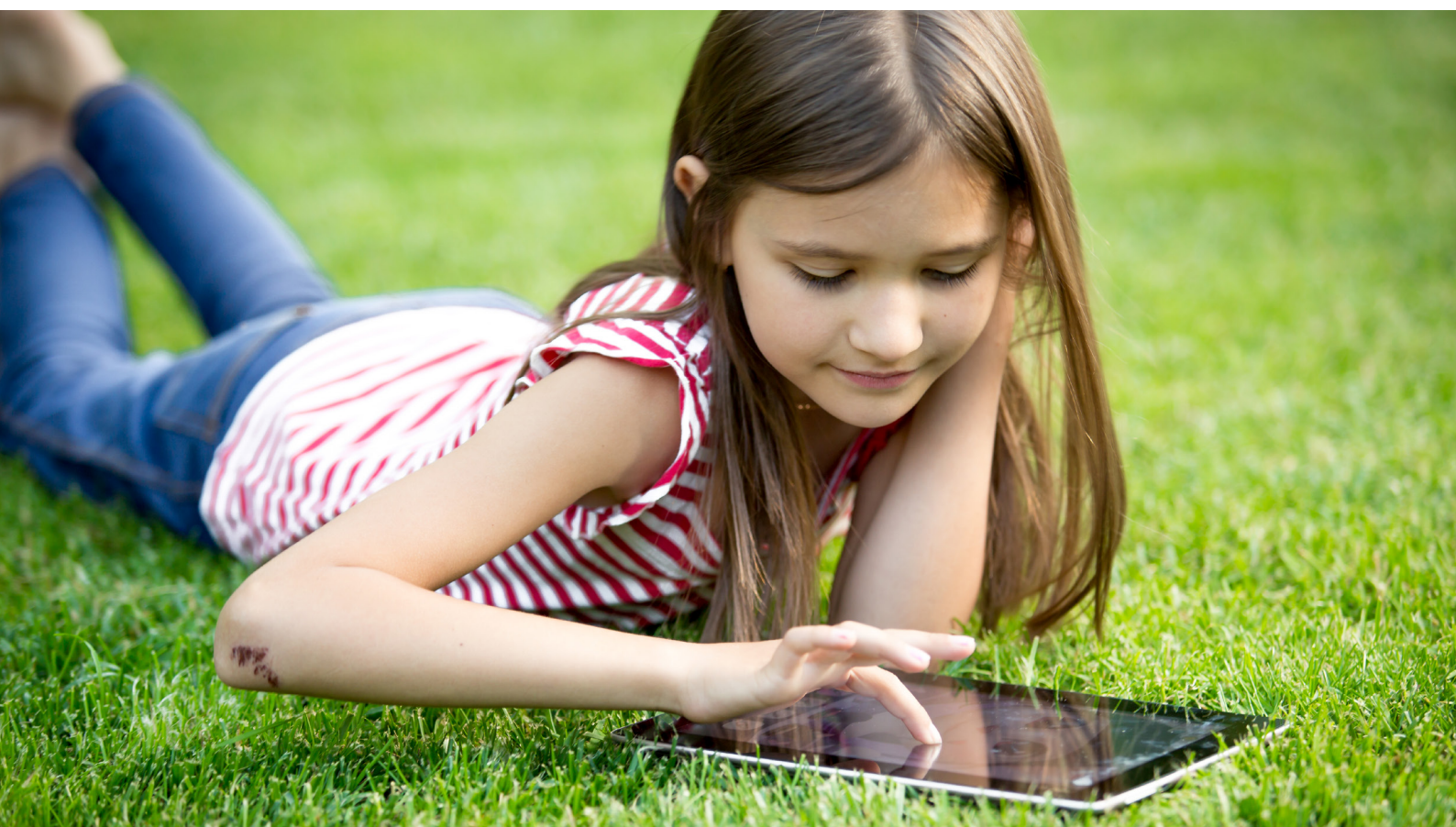
Nogle af golfsportens særlige styrker er tilstedeværelsen og samværet omkring spillet. Det er et frirum, hvor man kan trække vejret dybt, fordybe sig og være en del af et fællesskab uden de mange forstyrrelser, som præger det moderne liv. Når telefonen konstant er fremme, mister vi noget af det, der gør golfen unik.

Derfor har Dansk Golf Union – med afsæt i Danmarks Idrætsforbund og DGI's fælles anbefalinger – udarbejdet nogle klare anbefalinger målrettet landets golfklubber.

Formålet er at skabe klare rammer for digital adfærd, som både respekterer golfens værdier og udnytter teknologiens muligheder på en måde, der styrker læring, trivsel og fællesskab. Det er naturligvis den enkelte golfklub, som suverænt bestemmer hvilke dele af anbefalingerne som man eventuelt ønsker at indføre og benytte i golfklubben.

Med andre ord skal vi ikke fjerne teknologien fra golfsporten, men bruge den med omtanke – som et redskab til udvikling, ikke som en erstatning for nærvær.

Dansk Golf Union  
Februar 2026



# VORES ANBEFALINGER TIL:

## SPILLEREN

### I KLUBBEN/KLUBHUSET

#### DGU anbefaler:

- Hils på hinanden og vær til stede, når man mødes i klubben.
- Brug pauserne til fællesskab – ikke til skærmtid.
- Hvis der laves indhold til sociale medier, skal det ske med respekt, samtykke og klare aftaler.
- Mobiltelefoner er i lommen i klubhuset, juniorlokalet og ved sociale aktiviteter – medmindre der er et konkret fagligt formål.

### TIL HOLDTRÆNING

#### DGU anbefaler:

- At du lægger telefonen væk, når du er til træning.
- At respektere, at træningsområdet er et læringsmiljø – ikke et socialt medie-rom.
- Kun at bruge mobilen til golfrelaterede formål når træneren beslutter, at det styrker læringen.

## PÅ BANEN

#### DGU anbefaler:

- At være nærværende og lade mobilen ligge i bag'en, medmindre det har direkte relevans for spillet.
- At have hjælpemidler, hvor det er muligt og giver mening, der ikke anvendes via telefonen f.eks. baneguides, rangefinder, fysiske scorekort osv.
- At nyde golfens frirum og sætte mobilen på forstyr ikke, så sociale medier, kamerabrug eller beskeder undgås under spillet.
- At holde fokus på spillet – teknologien må ikke bremse spillet flow og samværet i bolden.

## UDVALG OG KLUBLEDELSE

Som udvalg og klubledelse har I stor betydning for børne- og ungdomskulturen i golfklubben. I har derfor en vigtig opgave i at skabe fælles rammer for et godt miljø, hvor brugen af skærme og smartphones understøtter de gode oplevelser og fællesskabet.

- Brug vores anbefalinger eller udarbejd nogle retningslinjer for brug af skærme og smartphones.
- Kommunikér og synliggør politikken i klubben - f.eks. brug plakaten "Golfsportens digitale tricks".
- Styrk nærvær og relationer, inviter de unge til aktiviteter hvor fællesskabet er i fokus og skærmene lægges væk.
- Spørg altid om lov, før I deler billeder eller videoer af børn og unge.
- Sørg for, at vigtig information ikke alene deles via sociale medier.
- Undgå direkte kommunikation til børn under 15 år på sociale medier (jf. databeskyttelsesloven).
- Brug fysiske scorekort i klubben til alle turneringer og spil på banen, så telefonerne kan blive så meget i bag'en som muligt.

## TIL TRÆNERE, HJÆLPETRÆNERE OG HJÆLPERE

Som træner eller hjælper har du stor betydning for børne- og ungdomskulturen i golfklubben. Du har derfor en vigtig opgave i at skabe et miljø, hvor brugen af skærme og smartphones understøtter læring i stedet for at forstyrre den.

- Vær en digital rollemodel og undlad selv at tjekke telefonen under træning og aktiviteter – medmindre det er en del af øvelsen
- Styrk nærvær og relationer og inviter de unge til fysisk samvær i ventetiden, frem for at de tjekker telefonen
- Brug teknologien når det er relevant og understøtter træningen. Forklar altid de unge, hvorfor og hvordan den bruges i træning og spil
- Tal åbent om brugen af digitale medier og grib ind hvis skærmbrug forstyrrer trivlsen, fællesskabet eller læring

## FORÆLDRENE

Som forælder er du en vigtig rollemodel. Dit engagement og nærvær gør en stor forskel for dit barns oplevelse af golfen – både på og udenfor banen.

- Bak op om klubbens skærmpolitik og sørg for at dit barn kender til den
- Vær nærværende - Læg telefonen væk, når du følger dit barn
- Spørg altid om lov, før du deler billeder eller videoer af andre
- Tal positivt om golfens frirum, nærvær og fællesskab – det smitter!
- Undgå at kontakte barnet under træning eller på banen, medmindre det er nødvendigt.

## HÅNDTERING AF DIGITALE KRÆNKELSER I GOLFKLUBBEN

Selv i golfens trygge miljøer kan der opstå uheldige situationer med digital mobning, deling af billeder, videoer eller beskeder.

Derfor er det vigtigt, at klubben har en klar handlingsplan og tager alle sager alvorligt, så alle børn og unge, trænere og forældre ved, hvordan de skal reagere og søge hjælp.

- Tag altid henvendelser om deling af billeder, mobning eller chikane alvorligt.
- Kontakt "Red Barnets SletDet"- rådgivning for hjælp til håndtering og sletning af billeder.
- Ved behov for idrætsfaglig rådgivning kan klubben kontakte DIF på 29668670.
- Evaluér hændelser åbent i klubben for at forebygge gentagelser.

Teknologi er kommet for at blive – også i golfsporten. Når den bruges med omtanke, skaber den læring, motivation og nye muligheder. Men den må ikke erstatte samvær, nærvær og golfsportens unikke rum for fordybelse og frirum.

**Vi skal ikke fjerne teknologien fra golfsporten – vi skal bruge den klogt.**

