

# GOLFSPORTENS DIGITALE TRICKS

## 1. Vær til stede – både på banen og i klubben

Læg telefonen væk, når du træner, spiller eller hygger dig med andre.

## 2. Brug skærmen med formål

Teknologien kan hjælpe dig med at blive bedre, men brug den kun, når det giver mening i forhold til golfspillet.

## 3. Respektér frirummet

Golf er et frirum. Husk at "forstyr ikke"-knappen er din ven.

## 4. Tal ordentligt – også online

Vis samme respekt i digitale chats og grupper, som du gør på banen.

## 5. Del med omtanke

Spørg altid om lov, før du deler billeder eller videoer af andre.

## 6. Kig op og giv plads til nærvær

I pauser og efter runden – snak, grin og vær sammen i stedet for at scrolle.

## 7. Vær en rollemodel

Vis, at du kan bruge teknologi med omtanke.

## 8. Fokusér på fællesskabet, ikke feedet

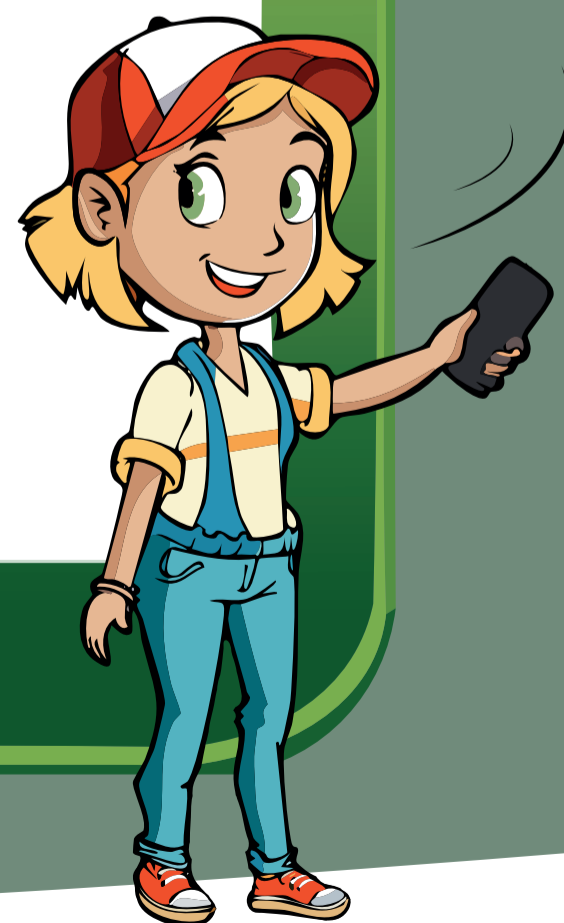
Golf handler om at være sammen og tilstede – ikke om likes og hvad der sker andre steder.

## 9. Hjælp hinanden

Sig til en træner/voksen, hvis du oplever digital mobning eller deling af billeder, der ikke føles okay.

## 10. Husk hvorfor du spiller

Golf er nærvær, frirum og fællesskab – skærmen kan ikke erstatte oplevelser på golfbanen.



Vi følger Dansk Golf Unions anbefalinger om skærmpolitik i golfklubben.  
Golf er frirum, nærvær og fællesskab – også i en digital tid.