

Statusrapport pr. 31.07.2025

Ett slag av gangen (ESAG) – golf for alle!

På NRK

Gjennom golf skaper vi en trygg og forutsigbar arena for mennesker som står i fare for å falle utenfor, eller som allerede har gjort det. Vi er det siste trinnet før overgang til jobb, skole eller arbeidstrening – og vi tror på at det finnes en plass i arbeidslivet for alle som ønsker det.

NRK har fulgt oss over tid og ga oss bred dekning i juli. Historier som Andreas sin – som fant veien tilbake gjennom golf etter å ha mistet alt – viser kraften i fellesskap og aktivitet. Golf er medisin, og gleden over å møte deltagerne er stor.

Tårene triller nesten hver dag av glede. Å møte og «klemme» alle de fine folkene vi hjelper gir meg sterke følelser. Golf er medisin på blå resept! Uttaler Marianne Smith Magelie (daglig leder).

Lenke: [Andreas mistet alt – redningen ble 18 hull - Ett slag av gangen](#)

Lenke: ["Jeg holdt på å dø utenfor McDonald's på Lillestrøm" - Ett slag av gangen](#)

Lenke: [Tusen takk, Marianne. Du reddet meg - Ett slag av gangen](#)



Knut Andreas Wold «GEAS»



En sport for «få» er blitt golf for ALLE!

For Ett slag av gangen er golf en ny start i livet. En vei inn i fellesskap, struktur og mestring – helt uten krav om forkunnskap eller penger. Vi finansierer treningen og låner ut utstyr. Golfklubbene som er med, tilbyr subsidierte medlemskap.

Aktiviteter hele året

Vi driver ikke noe vanlig golfkurs. Vi bruker golf som god fysisk aktivitet og golfbanen som mestringsarena med søkelys på fellesskap og glede. Vi trekker inn og spiller på simulatorer o.l. når det blir høst og vinter.

Utenforskap – en stor utfordring for samfunnet

Utenforskap har store kostnader for både enkeltpersoner og samfunnet. Derfor er det viktig å redusere problemet. Partnerklubber, samarbeidspartnere og ESAG bruker golf for å bekjempe utenforskap og relaterte utfordringer.

Dokumenterte resultater

Målet er å hjelpe våre deltagere tilbake til samfunnet. Vi ønsker også at golf skal bli en sunn og livslang aktivitet med et godt nettverk.

- Samarbeid med nærmere 70 golfklubber.
- 3.500 unike deltagere har nå fått en ny sjanse.
- 17.398 deltagelser i 2024 – målet er over 20.000 i 2025.
- Over 400 frivillige ute i klubbene.
- 220.000 frivillighetstimer.
- 87 mill. er verdien av frivilligheten – Oslo Economics rapport 2024.
- 350 er nå i arbeidstrening, jobb eller skole.
- 70 deltagere har fullført Trener 1 kurs.

Drømmen er å

- Få enda flere in i aktivitet og spesielt til vår «ungdomsgolf».
- Kunne bedre finansiering av simulatorer/halleie slik at vi har et enda bedre helårlig golftilbud – vi har aldri ferie!
- Fortsette med nasjonal turnering og flere regionale turneringer.
- Tilby gratis trening for deltagere og ledsagere.
- Gratis utlån av utstyr.

Statusrapport pr. 31.07.2025

Ett slag av gangen (ESAG) – golf for alle!

- Å sikre at hver klubb har minst én ESAG-golfbil, slik at personer med alvorlige helseutfordringer og funksjonsnedsettelse kan få tilgang til banen.

Ut i arbeid – tilbake til arbeidstrening, jobb eller skole

Sammen med samarbeidspartnere bistår vi å løse opp i utfordringer knyttet til Nav, finne deres plass i systemet. Være en trygg støtte for deltagerne i møte med det offentlige hjelpeapparatet.

Vi samarbeider med aktører som HELT MED ([Hjem - Helt Med](#)). De tilbyr tilrettelagt arbeid, og sammen med vår golfaktivitet går jobb og fritid hånd i hånd. Deltagerne kommer med verdifull kompetanse, og vi rekrutterer i tett dialog med våre partnere.

Samarbeidet med Kriminalomsorgsdirektoratet (KDI)

I første halvdel av 2025 har vi hatt møter med ledelsen i flere av Kriminalomsorgens regioner og fulgt opp samarbeidsavtalen med fengsler og friomsorgskontorer. Vi jobber daglig for at flere straffedømte skal delta i våre aktiviteter, og vi opplever stor interesse. Bemanningsproblemer i Kriminalomsorgen har vært en utfordring, men vi søker løsninger sammen med enhetene for å forbedre hverdagen for de straffedømte.

Vi har gjennomført VTG-kurs i Oslo fengsel, og innsatte fra Åna fengsel avd. Rødgata fikk permisjon til å delta på vår nasjonale turnering i Kragerø. Atlungstad-prosjektet med Ilseng fengsel har vært en suksess og kan være en modell for andre regioner. Dette videreføres med mål og håp om finansiering i alle regioner.

Skjeberg GK har etablert et godt samarbeid med Friomsorgen og startet en ESAG-gruppe med Halden fengsel. Oslo Friomsorgskontor samarbeider med Grini GK, Haga/Nordhaug GK og Bærum GK om aktivitets- og arbeidsgrupper. Oppegård har utvidet samarbeidet med Oslo fengsel, og en gruppe fra 8. avdeling (gjengangere) trener golf ukentlig.

Stord Golfklubb samarbeider med sitt lokale Friomsorgskontor, og Utsikten GK er i dialog med Lyngdal Friomsorgskontor om et aktivitetstilbud i 2025. Vi jobber også med å øke aktiviteten i Stavanger, Bergen og Trondheim.

Tromsø GK er på vei inn i ESAG-samarbeidet, noe som gir oss mulighet til å etablere tilbud lenger nord. I Kristiansund, Ålesund og Molde har vi arbeid på golfbanen for deltagere med samfunnsstraff.

KDIs leder, Lise Sannerud, sier: «Samarbeidet er unikt. Golfbanene brukes som arena for samfunnsstraff, og deltagerne får tilgang på jobbspesialister for å komme ut i arbeid. De «ruser seg» sportslig til dommen er ferdig sonet og fortsetter med golfen videre.»

ESAG vil rette en spesiell takk til Hans Tvedte fra Kriminalomsorgen som har vært med oss fra starten.

Ett slag av gangen UNG

I år har vi gjennomført pilotprosjekter med fokus på ungdomsgolf i Oslo/Akershus og Innlandet. Prosjektene er tilpasset unge og gjennomføres i samarbeid med SLT-koordinatorer, kommuner og Kriminalomsorgen. I Nittedal startet vi høsten 2024 et samarbeid rettet mot ungdom i alderen 13-15 år som sliter med å følge vanlig skoleplan. Seks ungdommer har deltatt i golf en dag i uken, med svært godt oppmøte og toppkarakterer i golf valgfag. Skolen og kommunen anser prosjektet som vellykket og ønsker å utvide tilbudet til andre skoler med lignende utfordringer.

Fra høsten åpner vi for at flere klubber kan delta i Ungdomsgolf.

Utvikling av trenere

I 2025 har vi fokusert på å øke kvaliteten på treningsøktene og kompetansen hos våre trenere. Vi har holdt to Teamsmøter per region før sesongstart, og trenerkoordinatoren i ESAG følger opp kontinuerlig.

Målet er at trenerne våre skal bruke og ha nytte av utarbeidede treningsplaner for å tilby varierte treninger. Struktur i hverdagen vil være et løft for klubb, trenere og deltagere.

Under den nasjonale samlingen i Kragerø møttes alle trenere for å bli bedre kjent og diskutere fremtidige mål. I 2025 har 17 personer valgt å øke sin kompetanse gjennom Trener 1-kurs hos NGF. Felles kurs i Elverum bygger samhold, og første samling ble avsluttet med en felles middag for å styrke det sosiale og vise vår takknemlighet.

Statusrapport pr. 31.07.2025

Ett slag av gangen (ESAG) – golf for alle!

Sentrale politikere på virksomhetsbesøk

I løpet av våren har vi hatt besøk av lokale politikere og ordførere på flere golfklubber for å presentere oss og etablere samarbeid med kommunale enheter. Vi vil også være representert på Arendals uken i samarbeid med HELT MED, hvor vi vil synliggjøre vårt samfunnsengasjement. Videre vil vi i august og september følge opp med sentrale politikere på Stortinget.

ESAGs aktiviteter kan grovt sett kategoriseres i følgende fem grupper:

- 1) Utvikling av nettverk mellom klubbene og samarbeidspartnere som vil ta i bruk golfbanen.
- 2) Finansierte og støtte aktivitetstilbudet hos golfklubbene.
- 3) Jobbe mot politikere med søkelys på viktigheten av tilbudet med fysisk aktivitet og veien via golf inn i arbeidslivet.
- 4) Utvikle et samarbeid med næringslivet for et godt spleiselag.
- 5) Og ikke minst jobbe aktivt for motivasjon av alle klubbenes frivillige, og initiere tiltak for å skaffe flere.

Digital synlighet og engasjement

Ett slag av gangen har tatt store digitale steg det siste året. Nettsiden vår har fått et skarpere design, forbedret brukervennlighet og enklere navigasjon, alt for å gjøre tilbudet vårt mer tilgjengelig for nye og eksisterende brukere.

På sosiale medier har vi styrket engasjementet med ekte historier fra deltagerne og hyppigere bilde- og videoinnhold. LinkedIn-satsingen har også hjulpet oss med å nå ut til nye samarbeidspartnere. Det er gledelig å se at flere deler innholdet vårt, tagger oss og bidrar til økt synlighet for det viktige arbeidet vi gjør. Engasjementet rundt ESAG i digitale kanaler er nå større enn noen gang før.

Fokusområder

- Utvikling av samarbeidet med Oslo Kommune.
- Være aktive på høringer på Stortinget og fortsette gode møter med politikere.
- Utvikle vårt medlemskap i NHO Arbeid og Inkludering for å styrke oss faglig og gi oss impulser. Dette kan også være til inspirasjon for NHO når offentlig politikk skal utformes.
- Samhandling med klubbene og god tilgjengelighet og dialog med disse.
- Se alle våre frivillige og ha en god oppfølging.
- Videreutvikle samarbeidet med samarbeidspartnere - sterkere sammen.
- Utvikle samarbeidet med næringslivet.

Oslo Economics

Oslo Economics har i 2024 utarbeidet rapporten «Samfunnseffekter av Ett slag av gangen», som er av stor betydning for oss. I en tid der utenforskap, rus og kriminalitet påfører samfunnet store kostnader, er det avgjørende å vise at vårt tilbud faktisk virker. Dette arbeidet støttes av en imponerende frivillighet, med en beregnet verdi på 87 millioner kroner.

SoBRU – Sosial Bærekraft og Redusert Utenforskap

ESAG har blitt valgt ut til å delta i SoBRUs forskningsprosjekt, som har som mål å utvikle kunnskap om hvordan frivillige og/eller kommunale organisasjoner eller sosiale entreprenører kan redusere utenforskap. SoBRU deltok på vår nasjonale turnering i Kragerø, hvor de gjennomførte flere intervjuer. Rapporten fra denne forskningen kan brukes som grunnlag og aktivt benyttes i forbindelse med søknader om finansiering og midler til ESAG.

Samarbeidet med Hekta på golf

For å bli mer handlekraftige og en sterkere organisasjon har vi inngått et samarbeid med Hekta på golf fra 1. januar 2025. Sammen er vi nå 70 engasjerte golfklubber over hele landet, og flere er på vei inn. Fullverdig samarbeid gjelder fra 2027.

Statusrapport pr. 31.07.2025

Ett slag av gangen (ESAG) – golf for alle!

Finansiering

For å inkludere flere deltagere, er det behov for økt og mer forutsigbar finansiering – i tett samarbeid med solide partnere gjennom et bærekraftig spleiselag. Vi jobber systematisk med å møte disse utfordringene.

Vil du bidra?

Våre profilerende annonser i Finansavisen og Dagens Næringsliv i 2024 har gitt svært god respons, og vi planlegger ytterligere annonsering i 2025.

Les mer <https://www.ettslagavgangen.no/ettslagfor/>

Bli med i spleiselaget – støtt oss via Vipps eller som samarbeidspartner!

Vipps: 778912

Ett slag av gangen ble etablert i februar 2021 og drives i dag som et ideelt aksjeselskap. Vi finansieres hovedsakelig gjennom offentlige midler, men ønsker å styrke samarbeidet med næringslivet for å kunne inkludere flere.

Sammen kan vi utgjøre en forskjell. Det koster oss ca. **5.000 kroner per deltaker per år**, og hvert bidrag har stor betydning. Din støtte gjør det mulig for flere å finne veien tilbake til fellesskapet – Ett slag av gangen.

Klubbene i sentrum

For Ett slag av gangen er golfklubbene selve nerven i systemet. Det er her den gode aktiviteten skjer sammen med deltagerne, hver uke og hele året. Vi vil uttrykke vår dype takknemlighet for den fantastiske innsatsen klubbene legger ned for å bidra til et godt samfunnsengasjement.

Vi takker også alle som daglig bidrar til vår vekst. Vi ser kontinuerlig på muligheten til å ta imot flere deltagere som kan oppleve mestring med vårt tilbud. Det er viktig å minne oss selv og andre på at mennesker som har falt utenfor samfunnet trenger mer tid til å finne fotfeste.

Tusen takk

Tusen takk til vårt store frivillige korps, til klubbene, til engasjerte arbeidsressurser i Ett slag av gangen og til styret, samt samarbeidspartnere. Alle med gode intensjoner for en videre utvikling.

Marianne Smith Magelie
Initiativtager og daglig leder

Mobil 922 61 332
6. august 2025

