

United by Golf:

GENEZING OP DE FAIRWAY

Tijdens het maken van de documentaire *Patatje Oorlog*, over twee Nederlandse mannen die friet bakken aan het front in Oekraïne, stuitte documentairemaakster Pamela Sturhoofd op een initiatief dat haar diep raakte. United by Golf helpt oorlogsveteranen om via golf hun leven terug te vinden.





De oneffen, zachte ondergrond helpt om te wennen aan protheses.

In een land in oorlog denk je niet meteen aan golf. Toch proberen Oekraïense soldaten die ooit in tanks zaten of in loopgraven vochten, met golf opnieuw hun balans te vinden. Zowel mentaal als fysiek.

Voor het uitbreken van de oorlog in 2022 telde Oekraïne amper tweeduizend golfers. In de ogen van veel Oekraïners was golf een elitesport, bedoeld voor rijke expats en diplomaten.

Het land telt slechts vijf golfbanen, waarvan er inmiddels nog vier min of meer operationeel zijn. Die banen krijgen door de oorlog met veel onverwachte dingen te maken.

Recent vonden greenkeepers op de 9 holesbaan van Lisnyky Golf & Villas, net buiten Kyiv, verkoold en verwrongen puin van Russische explosiedrones op het gras. De baan ligt onder een luchtafweergordel en kon pas weer open nadat opruimploegen het terrein hadden vrijgemaakt.

‘Golfbanen,’ vertelt Natalia Tereshchuk, de oprichtster van United by Golf, ‘zijn, net als zoveel andere plekken in Oekraïne, zwaar beschadigd door de oorlog. Overal zie je tekenen van het conflict dat inmiddels drieënhalve jaar duurt. Hier in Kozyń ligt er naast de baan een militair oefenterrein. Tussen de derde en vierde hole hoor je vaak het oorverdovende geratel van mitrailleurs. En soms moeten er op banen kraters van ontploffingen

worden gedicht. Neergeschoten drones of delen daarvan vallen regelmatig op de fairways of greens. Op een baan bij Charkiv hebben ze zelfs een speciaal tractor-onderdeel gemaakt dat magneten achter zich aansleept om granaatscherven op te ruimen. De club is vanwege het dreigende oorlogsgevaar inmiddels niet meer open voor publiek.’

Toch heeft de oorlog in Oekraïne ook iets onverwachts teweeggebracht: de exclusieve en dure golfclubs hebben hun deuren geopend voor oorlogsveteranen met amputaties, die er gratis mogen spelen. Revalidatie-experts menen dat het (zon)licht en het verblijven in de natuur een helende werking hebben op getraumatiseerde soldaten. En dat de oneffen, zachte ondergrond van golfbanen helpt om het leven met een prothese beter onder controle te krijgen. De spelers mogen mulligans nemen en er is een speciale regel voor degenen met een bovenbeenprothese: zij mogen hun bal uit de bunker halen om valpartijen te vermijden.

Golf als meditatie

Sergey (38) is sinds 2015 beroepsmilitair. In 2023 was hij als officier gestationeerd bij Vovchansk, vlak bij de Russische grens, toen een drone-aanval abrupt een einde maakte aan zijn missie en bijna aan zijn leven. ‘Ik voelde ineens niks meer in mijn benen,’ zegt hij. ‘Ik weet alleen nog dat ik een schuilplaats wist te bereiken.

Ik dacht: ik ga nu dood. Maar ik moest aan mijn dochter denken. Ze was te jong om haar vader te verliezen. Ik denk dat die gedachte me heeft doen overleven.' Hij moest achttien uur wachten voordat hij geëvacueerd kon worden. 'Doordat overal drones vliegen, durven de hulpdiensten vaak niet uit te rukken. Dat ze mij hebben weten te bereiken, noem ik een kwestie van de perfecte timing, heel veel moed en geluk.' Tijdens zijn revalidatie van ruim zes maanden hoorde Sergey over United by Golf. Hij had nog niet eerder gegolfd. 'Golf? Dat is niets voor mij,' heb ik gezegd. 'Ik ben een combattant, ik hou van intensiteit. Ik deed aan judo, rennen. Maar ik wilde de uitdaging toch aangaan.' Vijf maanden na zijn verwonding stond hij, in pyjama, op de putting green. 'Ik gebruikte twee golfclubs als krukken', vertelt hij lachend. 'Ik denk dat de leden dachten dat ik een rijke man was met een nieuw golf-tenu, want mijn pyjama had mooie, lange strepen. 'Golf is voor mij als meditatie', zegt Sergey. 'Als ik speel met andere veteranen, praten we soms helemaal niet. We zijn gewoon buiten, in stilte. En als we wél praten, gaat het vaak over dingen die we thuis niet kunnen bespreken. De vreselijke herinneringen aan de oorlog. Het voelt goed om met 'de jongens' te zijn.' Hij vertelt hoe de zenuwbanen in zijn benen zijn beschadigd, maar dat hij, in tegenstelling tot veel anderen die leren golfen, wél weer kan lopen. 'Golf helpt je om te gaan met PTSS. Voor elke slag moet je zó geconcentreerd zijn dat alle andere gedachten vanzelf verdwijnen. 'Ik speel regelmatig met veteranen die één of beide benen hebben verloren. Soms help ik iemand uit de golfcart, of help ik iemand zijn evenwicht te bewaren... en dan hoor ik meteen: "Jij hebt nog twee benen, dus jij mag wel wat extra werk doen!"' Er wordt veel gelachen – met zelfspot, nooit met medelijden. Tegen de tijd dat ik bij mijn eigen bal aankom, ben ik vaak vergeten hoe ik ook alweer moest slaan.'

Meteen verkocht

Oleksandr (40) verloor zijn rechterbeen in juli 2023, in de Donetsk-regio. 'Ik reed op een mijn', vertelt hij met ingehouden stem. 'Bij mij duurde het zes uur voordat ik geëvacueerd kon worden. Ik onderging twaalf

De golfbanen van Oekraïne

Van de vijf golfbanen die Oekraïne voor 2022 telde, zijn er nu nog vier min of meer actief: Lisnyky Golf & Villas en GolfStream nabij Kyiv, Kozyn Golf Club ten zuiden van de hoofdstad, en Emily Resort Golf Club bij Lviv.

'Jij hebt nog twee benen, dus jij mag wel wat extra werk doen, hoor ik dan'

operaties, lag anderhalve maand in het ziekenhuis en heb bijna een jaar gerevalideerd.'

Voor de oorlog werkte Oleksandr als fysiotherapeut, nu geeft hij als docent militaire training les op een platelandsschool. Hij wacht op een nieuwe beenprothese, in de hoop daarna weer als fysiotherapeut aan de slag te kunnen. 'Voor de oorlog deed ik aan basketbal, wielrennen, alles wat dynamisch was. Toen iemand in het revalidatiecentrum vroeg of ik golf wilde proberen, dacht ik: dat nooit. Op één been leek me dat trouwens ook onmogelijk.'

Maar ook hij gaf het een kans. 'Vanaf de eerste slag was ik verkocht. Het buiten zijn, het maken van een mooie slag, het voelde voor mij echt als een bevrijding.'

Oleksandr vertelt hoe hij een van de eerste keren met een groep veteranen op de driving range stond. 'De meesten van ons hadden nog nooit een golfclub vastgehouden. De ballen gingen overal heen, behalve vooruit. Maar we lachten, hadden lol en probeerden elkaar tips te geven.' Oleksandrs glimlach wordt nog breder als →

Natalia Tereshchuck (midden), de vrouw achter United by Golf.





*Oleksandr
voor en
nadat hij
op een
mijn reed.*



→ hij terugdenkt aan zijn eerste toernooi, op de Kozyn Golf Club bij Kyiv. ‘Het was op hole 4, een par 3. Een van mijn allereerste echte slagen, en het was direct een hole-in-one! Ik kon het niet geloven.’

De vrouw achter de missie

De kracht achter het initiatief is de al eerdergenoemde Natalia Tereshchuk, oprichter van United by Golf en bestuurslid van de Golf Federation of Ukraine. ‘Door oorlogsveteranen het spel te laten ontdekken, wordt golf toegankelijker én helpt het om de clubs die het zwaar hebben nieuw leven in te blazen’, zegt ze. Golf kwam in 2008 op haar pad, toen ze als jurist aan de slag ging bij de Oekraïense Golffederatie. Aanvankelijk hield ze zich vooral bezig met de juridische kant van sportontwikkeling, pas in 2015 begon ze zelf te spelen. Na de uitbraak van de oorlog kreeg golf voor haar een diepere betekenis: de sport stond niet langer alleen voor competitie, maar ook voor herstel. ‘Ik zag veteranen worstelen met het leven na de oorlog, ze kwamen vaak hun kamer niet meer uit. Golf gaf mij na drukke periodes altijd rust en ik dacht: misschien kan deze sport hen ook helpen. Ook zagen we voorbeelden uit de Verenigde Staten, waar golf na de Vietnamoorlog werd ingezet voor de revalidatie van veteranen.

‘In het voorjaar van 2023 besloten we een soortgelijk programma in Oekraïne te starten dat we United by Golf noemden. Inmiddels hebben meer dan achthonderd mannen en vrouwen deelgenomen. Zo’n 55 van hen spelen nog steeds regelmatig golf. Golf is een sport waarin techniek, balans en concentratie belangrijker zijn dan pure kracht of snelheid. Daardoor kunnen veteranen met een prothese op gelijk niveau meedoen en samen met anderen spelen. Bovendien helpt golf hen bij het trainen van coördinatie, het versterken van spieren en het ontwikkelen van nieuwe lichaamsbeheersing. Voor veel veteranen met amputaties is dit essentieel. Ze ervaren mogelijkheden in plaats van beperkingen. Golf geeft hun weer een gevoel van gelijkwaardigheid, zelfstandigheid en vrijheid.’

Pure genezing

‘De eerste ontmoetingen met veteranen waren emotioneel’, vertelt Natalia Tereshchuk. ‘We gingen ziekenhuizen binnen en zeiden: “Kom met ons golfen!” De reactie was meestal zoals die van Oleksandr: “Maak je



Over de auteur — Pamela Sturhoofd is documentairemaker en medeoprichter van Special Eyes Film Productions. Haar werk richt zich op mensen die veerkracht tonen in moeilijke omstandigheden. Ze maakte eerder films over Els Borst en Daley Blind, en recent de documentaire *Patatje Oorlog*, over twee Nederlandse mannen die in Oekraïne hulp bieden aan oorlogsslachtoffers.

een grapje? Ik heb maar één been!’” Ze vertelt over Anatolii Melnychenko, een veteraan met een hoge beenamputatie die elke week vierhonderd kilometer reist om te golfen. ‘Hij heeft een complexe amputatie, maar komt toch elke keer naar de golfbaan. Voor mij is hij een voorbeeld van veerkracht en vastberadenheid. Anatolii is mijn motivator geworden en het bewijs waarom ons initiatief bestaansrecht heeft. De veteranen zijn een voorbeeld voor ons allemaal: wij zouden van hen moeten leren hoe je moeilijkheden overwint en geestkracht behoudt, niet andersom.’

In de revalidatiecentra waar Natalia haar programma startte, was het niet vanzelfsprekend dat golf zou aanslaan. Veel veteranen leden aan een depressie, angst of slapeloosheid. Maar het aanleren van de golfslagen bleek onverwacht therapeutisch: de cadans van rustig leren ademen, kijken naar een doel, het slaan en het (samen) buiten zijn. Psychologen die het project volgden, zagen hoe concentratie op de slag de stress-niveaus verlaagde en de slaap verbeterde. ‘Golf vraagt om geduld en aandacht — precies dat wat oorlog van je afneemt’, zegt Natalia. ‘En misschien nog wel belangrijker: het brengt mensen samen. Ze lachen weer. Ze helpen elkaar. Dat is pure genezing.’

Financiering

United by Golf is inmiddels meer dan een revalidatieprogramma, het is een gemeenschap geworden. Veteranen brengen vrienden mee, sommigen nemen hun kinderen mee. Sergey vertelt dat hij binnenkort zijn dochter wil meenemen. ‘Ze denkt dat papa nu professioneel golfer is’, zegt hij lachend. ‘De grootste uitdaging,’ zegt Natalia, ‘is de financiering, vooral het betalen van coaches. We willen dat veteranen les krijgen van professionele trainers, en we hopen dat



‘Ze lachen weer en helpen elkaar, dat is pure genezing.’

veteranen in de toekomst zelf coach kunnen worden en dus werk vinden. Dat vraagt om stabiele steun, want regelmatige training en goede methodiek vormen de basis van revalidatie. Tegelijkertijd willen we het beeld van golf in de samenleving veranderen: het is geen elitesport, maar een toegankelijk middel voor herstel. We dromen er ook van om een eigen golfsimulator te hebben, zodat we in de winter kunnen blijven trainen. En buiten Oekraïne willen we graag deel uitmaken van de internationale gemeenschap, ervaringen uitwisselen en laten zien dat ons land in staat is om unieke revalidatieprogramma's te ontwikkelen. We hopen dat United by Golf een voorbeeld wordt van hoe sport het leven van veteranen kan veranderen en bruggen kan slaan tussen landen.’

United by Golf is nog een jong initiatief, maar groeit snel. Via de Oekraïense Golf Federatie is er contact met de European Disabled Golf Association (EDGA). Ook zijn er samenwerkingen met golfclubs in het Verenigd Koninkrijk en met individuele golfers die materiaal en ballen doneren.

‘Golf heeft me niet genezen,’ zegt Sergey aan het einde van ons gesprek, ‘golf heeft me weer leren ademen.’ ●

Van slagveld naar Oval Office

Via United by Golf vond ook oorlogsveteraan Kostiantyn Kartavtsev zijn weg naar herstel. Sinds hij in 2022 zijn been verloor, biedt golf hem de kracht om zich fysiek en mentaal terug te vechten. Op zijn favoriete putter liet hij de woorden “Let's putt peace together” graveren. In augustus 2025 ontving de Amerikaanse president Donald Trump deze putter als geschenk van president

Volodymyr Zelensky. Tijdens hun ontmoeting in het Witte Huis liet Zelensky een video zien waarin Kartavtsev zijn verhaal vertelt en zijn swing toont. Trump reageerde op zijn bekende wijze: ‘Kostiantyn, I just watched your swing. I know a lot about golf and your swing is great... Your country is a great country. We're trying to bring it back to health.’