



Zuidwester is lid van stichting Prokkel.

Maar wat is stichting Prokkel?

Stichting Prokkel vindt dat iedereen mee moet kunnen doen.

En dat het niet uitmaakt of je wel of geen verstandelijke beperking hebt.

Maar voor mensen met een verstandelijke beperking kan dat best lastig zijn.

Want hoe vind je mensen zonder beperking om samen ergens aan mee te doen?

Daar kan Stichting Prokkel voor zorgen.

Marian Geling is van stichting Prokkel

Samen met andere mensen van de stichting organiseert zij allerlei activiteiten.

Ergens aan meedoen begint eigenlijk met ontmoeten.

En een ontmoeting is eigenlijk een Prokkel.

Een Prokkel is een prikkelende ontmoeting.

Een ontmoeting tussen iemand met en iemand zonder een verstandelijke beperking.

Samen iets doen en zo elkaar beter leren kennen.

Daar gaat Prokkelen over.

De stichting helpt op 4 verschillende manieren daaraan mee.

1. De eerste manier is de Prokkelweek.

Eén week per jaar vraagt de stichting landelijk aandacht voor die ontmoetingen.

Ze vraagt dan aan bedrijven en gemeenten in Nederland om ontmoetingen te organiseren.

Maar de stichting vraagt dat ook aan mensen met een beperking.

Mensen van bedrijven en gemeenten kunnen dan samen met mensen met een beperking leuke dingen gaan doen.

In de Prokkelweek organiseert stichting Prokkel zelf ook ontmoetingen.

Dat zijn ontmoetingen met ministeries en met de Eerste en Tweede Kamer in Den Haag.

Mensen met een verstandelijke beperking kunnen gaan kijken wat voor werk ze doen in Den Haag.

2. De tweede manier van ontmoeten is de ProkkelParelParade.

De ProkkelParelParade is vier keer per jaar en het is online.

Je kunt via de computer op Youtube meekijken.



En hieraan doet ook Ellis Jongerius mee.

Ellis heeft een verstandelijke beperking en zij is ervaringsdeskundige.

Samen met Marian Geling gaat Ellis mensen interviewen.

Ze gaan vragen stellen aan mensen over wat ze samen gedaan hebben.

Bijvoorbeeld wat ze gedaan hebben in de Prokkelweek.

3. De derde manier van ontmoeten is de **ProkkelMeetup**.

Dat is één keer in de twee maanden en het is ook online.

Er kunnen heel veel mensen aan meedoen.

Bij een ProkkelMeetup ontmoeten mensen met en zonder beperking uit het hele land elkaar.

Ze praten dan met elkaar over verschillende onderwerpen.

Het leuke is dat je zelf kunt kiezen waar je over wil praten.

Bijvoorbeeld: Hoe kunnen mensen in woningen ook meedoen?

En je kunt mooie oplossingen bedenken samen met de anderen die meedoen.

4. En de vierde manier van ontmoeten zijn 'losse' activiteiten.

Voor deze losse activiteiten is het handig dat stichting Prokkel in het hele land bedrijven en organisaties kent.

En de stichting is ook bekend in Den Haag bij de mensen van de politiek.

Maar de stichting kent ook mensen met een verstandelijke beperking in het hele land.

Stichting Prokkel kan dan al die mensen kennis laten maken met elkaar.

En dan kunnen ze samen met de stichting een activiteit bedenken.

- Bijvoorbeeld als **Prokkelduo** meehelpen op het stembureau.
- Of als bezoeker testen of een museum leuk en toegankelijk is voor mensen met een beperking.

En dan kunnen ze tips geven aan het museum.

- De **ProkkelSterrenslag** is ook een losse activiteit.

Dat is een sportdag waar teams van mensen met en mensen zonder beperking aan meedoen.

Maar er zijn nog meer losse activiteiten.

Wanneer elke activiteit precies is, zie je in [deze jaarkalender](#).

Eigenlijk is stichting Prokkel dus ook van **Zuidwester**.

Omdat Zuidwester lid is van de Stichting Prokkel.

Samen kunnen we ervoor zorgen dat we mee kunnen doen en mee kunnen denken..

Je vindt nog veel meer informatie op: www.prokkel.nl