

Prokkelen: laagdrempelige kennismaking met elkaar

Een prikkelende ontmoeting tussen iemand met een verstandelijke beperking en iemand zonder. Dat is een Prokkel. Van ondernemer tot zorginstelling en van buurt tot particulier: iedereen kan meedoen.

JOLIE BENNEMA

Regelmatig vinden in Drenthe Prokkels plaats: ontmoetingen tussen mensen met en mensen zonder een verstandelijke beperking. Zo had Roland Garrelds (25) uit Assen een bijzondere ontmoeting in Den Haag. In Hooogeveen bestaat een heuse 'Prokkelgroepsapp'.

De Prokkel is een initiatief van de gelijknamige stichting. Deze organiseert ook de landelijke Prokkelweek, die dit jaar van 4 tot en met 9 juni wordt gehouden. Deze begint ieder jaar met de Prokkelsterrenslag, een sportieve zeskamp. „We organiseren, faciliteren en verbinden. Prokkels zijn laagdrempelig en toegankelijk: wat kunnen we van elkaar leren en wat kunnen we daarmee? Een Prokkel zet mensen aan het denken”, licht projectleider Marian Geling van de Stichting Prokkel toe.

Geling is blij met het grote aantal lokale initiatieven. Ze legt uit dat de stichting zich daar ook vooral op richt: „Het moet lokaal gebeuren, want daar wonen de mensen met een beperking. Ga samen wat doen. Zo leer je elkaar beter kennen, ontdek je elkaars mogelijkheden en leer je rekening met elkaar houden.”

Afgelopen jaar deed zorgorganisatie Vanboeijen in Assen voor het eerst mee met de landelijke Prokkelweek. In de tweede week van juni kwamen diverse mensen van cliënten uit. Zo wilde een dagbestedingslocatie graag basketbalpalen. Die kwamen er en de plaatselijke basketbalvereniging Assist gaf toen met

behelp van de nieuwe palen een clinic. „Het hoeft niet ingewikkeld te zijn. Het gaat immers om het kennismaken met elkaar en van elkaar leren”, legt Janny Korsaan uit.

Zij coördineert de Prokkelactiviteiten bij Vanboeijen. „Dat is ook het mooie van een Prokkel. Het is laagdrempelig. De meeste mensen hier hebben ook wensen, dromen en talenten. De Prokkelweek legt daar de nadruk op: welke wensen zijn er? En wat kunnen we daarmee doen?” Voor 2018 hoopt ze dat nog meer particulieren, organisaties en overheden meedoen. „Zo kunnen we nog meer activiteiten en stages opzetten. Door samen dingen te ondernemen, ontdek je wat de ander kan én hoe leuk het is.”

Die droom heeft Anita Koeling ook. De ambulante begeleider en Prokkelcoördinator bij De Trans in Hooogeveen zet zich met ziel en zaligheid in voor de Prokkels van haar cliënten. „Samenwerken is het toverwoord”, vertelt ze haar motto. „Bij een Prokkel zetten we ieders talenten en kwaliteiten in. Een ogenschijnlijk kleine activiteit met grote effecten. Moet je kijken wat voor mooie dingen daar van komen”, zegt ze terwijl ze met haar hand naar de foto van de Prokkelsterrenslag op tafel wijst. „Maar ooit – het klinkt misschien gek – hoop ik toch dat Prokkels niet meer bestaan. Dat we toegroeien naar een inclusieve maatschappij, waar iedereen aan kan meedoen. Dan heb je het niet meer over mensen met en mensen zonder een beperking, maar over mensen in het algemeen.”

‘We leren in teamverband werken’

Ina Stuifzand (37), Harry Bakker (47), Marc Smit (43) en Daniel Teuben (32) vormen bij zorgorganisatie De Trans in Hooogeveen de 'Prokkelambassadeurs'. Ze hebben meegedaan aan meerdere Prokkels, hebben een gezamenlijke groepsapp en denken na over toekomstige ontmoetingen.

Een bezoek aan de Tweede Kamer. Dat lijkt de cliënten van De Trans ook wel wat. Gaat dat dit jaar lukken? Ze hopen het. Al bijna vijf jaar 'Prokkel' de zorgorganisatie. De vier hebben al aan heel wat Prokkels meegedaan. Ze kunnen er dan ook eindeloos en met veel enthousiasme over vertellen.

Voor Ina heeft al heel wat ontmoetingen mogen meemaken. Van een rondleiding door het gemeentehuis in Hooogeveen naar een stage op een kinderopvang. Ook deed ze mee aan een high tea, die studenten van het Alfa College hadden georganiseerd. „We gingen bonbons maken”, vertelt ze met een twinkeling in haar ogen.

Verscheidene leden van de groep deden vorig jaar een Prokkelstage bij RTV Drenthe. „We mochten bij een radio-uitzending zijn, bezochten de tv-studio, de redactie en de montageruimtes”, vertellen Marc en Daniel. „Dan zie je ineens mensen die je normaal op televisie ziet.”

Ook gingen de vier vorig jaar zelfstandig naar het Prokkelsymposium, gehouden vanwege het 10-jarig bestaan van Stichting Prokkel. Ze volgden er diverse workshops. Trots laten ze een applicatie op hun telefoon zien. Een kookapp, waarin stap voor stap en met filmpjes en foto's wordt uitgelegd wat je moet doen.

Gevraagd naar de voordelen van



V.l.n.r. Harry Bakker, Daniel Teuben, Marc Smit, begeleidster Anita Koeling en Ina Stuifzand. FOTO MARCEL JURIAN DE JONG

een Prokkel denken ze even na. Maar al snel regent het antwoorden. „We leren in teamverband werken,

bijvoorbeeld tijdens de spellen bij de Prokkelsterrenslag”, begint Harry. „En we leren van elkaar. De één heeft

dat als sterk punt, de ander is weer ergens anders goed in.” Ina vult aan: „We kunnen zo van elkaar zien wat

we kunnen en leren elkaar respecteren.” Want niemand is gelijk, concluderen ze tevreden.

‘Bij een Prokkel zetten we ieders talenten en kwaliteiten in’



De Prokkelsterrenslag, een soort zeskamp, is jaarlijks de start van de Prokkelweek.

‘Niet over, maar met ons praten’

Roland Garrelds (25) uit Assen deed in de Prokkelweek mee aan twee Prokkels. Hij mocht vergaderen in de Asser raadzaal en weet nu alles over de Tweede Kamer én de staatsbibliotheek.

De agenda van Roland Garrelds was tijdens de afgelopen Prokkelweek goed gevuld. Samen met de bewonersraad van Vanboeijen mocht hij een kijkje nemen in de kamer van een wethouder en mocht hij vergaderen in de Asser raadzaal.

„De voorzitter van de bewonersraad was er niet, dus ik mocht op de plek van de burgemeester zitten”, vertelt hij met een grote glimlach op zijn gezicht. „We hebben met wat raadsleden over hun werk gesproken en over de dingen waar wij tegen aanlopen. Zo willen we graag een bushalte op park Diepstraten, want niet iedereen bij ons kan fietsen of autorijden. En binnenkort komen de raadsleden eens bij een vergadering van ons kijken.”

En dat is precies de bedoeling van een Prokkel: mensen samenbrengen en van elkaar laten leren. Leren deed Garrelds ook in Den Haag, waar hij een halve dag met een fractiemedewerker van de SGP mocht meelopen. Hij werd samen met andere deelnemers ontvangen op het Binnenhof, kreeg een rondleiding en bezocht de Ridderzaal, de Tweede Kamer en de staatsbibliotheek. „Wel 30.000 boeken en verslagen stonden daar”, vertelt hij, nog steeds een beetje onder de indruk.

Daarnaast mocht hij politiek leider Kees van der Staaij van de SGP



Roland Garrelds en Janny Korsaan. FOTO MARCEL JURIAN DE JONG

‘Het is leuk dat je dingen mag doen die je normaal nooit doet’

interviewen. „Hij zei dat je mensen moet behandelen zoals je zelf behandeld wilt worden. Ik was wel nerveus voor de ontmoeting, maar heb me goed staande gehouden”, klinkt het tevreden. „Het is leuk dat je dingen mag doen die je normaal nooit doet.”

Hij hoopt dat de ontmoetingen mensen aan het denken zetten: „Ik hoop dat ze wat meer naar ons willen luisteren en met ons op tafel willen. Niet over, maar met ons praten.” Garrelds hoopt dat de komende Prokkelweek wederom een wens van hem mag uitkomen: „Ik zou

Nominatie vrijwilligersprijs voor Prokkelweek

De Prokkelweek van Stichting Prokkel is genomineerd voor de Meer dan handen vrijwilligersprijs 2018. De activiteitenweek is genomineerd in de categorie landelijke vrijwilligersprojecten. De actie is een initiatief van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Op vrijdag 2 februari ontvangen de winnaars hun prijs uit handen van staatssecretaris Paul Blokhuis.

Informatiebijeenkomst over Prokkelen

Meer weten over Prokkelen? Stichting Prokkel houdt in januari verscheidene netwerkbijeenkomsten door het gehele land. Op woensdagmiddag 24 januari vindt er vanaf 14.00 uur een netwerkbijeenkomst plaats in De Duif, het pastoraal centrum op het terrein van Vanboeijen in Assen. De bijeenkomst is voor iedereen toegankelijk.

graag een dagje met de politie meewillen. Schrijf dat maar op”, vertelt hij enthousiast, wijzend op de aantekeningen op tafel. „Een stukje rondrijden en de administratie doen. Maar geen boeven vangen hoor, want zo goed is mijn conditie niet”, schaterlacht hij.