Prokkelweek 2026

Maandag 1 t/m zaterdag 6 juni

De Prokkelweek inspireert!

Prokkelweek:
maandag 1 t/m zaterdag 6 juni 2026
In de Prokkelweek vinden prikkelende ontmoetingen plaats tussen mensen met én zonder verstandelijke beperking. In het bedrijfsleven, met de buurt, op school of bij de overheid… overal! Eén week als voorbeeld en inspiratie voor de rest van het jaar.

Deze soms kleine gebeurtenissen hebben vaak een groot effect. Ze zorgen voor nieuwe contacten en andere ervaringen. Het laat zien dat iedereen deel uitmaakt van de samenleving. Niet door te vertellen, maar door te doen!

Waarom een Prokkelweek?
- Door het meedoen aan een landelijke week, worden er deuren geopend: ook voor de toekomst
- Om op een laagdrempelige manier elkaars mogelijkheden te ontdekken
- Om contacten te leggen en het sociaal netwerk te vergroten. In de Prokkelweek zelf en ook daarna
- Zodat mensen met een verstandelijke beperking worden gezien en gehoord, ook door beleidsmakers
- Om extra aandacht te kunnen vragen voor mensen met een beperking
- Om een samenleving te versterken waarin iedereen meedoet en dat zichtbaar te maken
- Om met elkaar te ervaren en te laten zien dat de Prokkelweek werkt! Het leidt regelmatig tot blijvende verbindingen en nieuwe werkplekken, vrijwilligers of activiteiten!

Aan welke Prokkels kun je denken?
- Samen maken wij de wijk: bijvoorbeeld samen met buurtbewoners op speurtocht in de wijk, samen barbecueën, of een high tea organiseren voor ouderen
- Met een thema, zoals 'gezond leven': je kunt bijvoorbeeld een Prokkel organiseren rondom bewegen
- Rondom werk of arbeidsmatige dagbesteding: bijvoorbeeld een dag(deel) Prokkelstage lopen bij een bedrijf of organisatie
- Meepraten over beleid: je kunt bijvoorbeeld samen met de gemeente een workshop organiseren over de WMO of medezeggenschap. Ook zijn er BeleidsProkkels, waarbij deelnemers in gesprek gaan met een ministerie
- Meedoen aan ProkkelOpPad: de opdrachtentocht die je in je eigen buurt kunt doen. Een team bestaat uit vijf mensen met en vijf mensen zonder beperking
- Elke ontmoeting telt!

Tips voor het organiseren van een Prokkel:
- Betrek mensen met een beperking bij het bedenken en organiseren van de Prokkel
- Een Prokkel hoeft niet per se een nieuwe activiteit te zijn. Sluit aan bij een bestaande activiteit of stel je activiteit open voor anderen
- Houd het - vooral voor een eerste keer - eenvoudig. De ontmoeting telt!

Op het platform www.prokkel.nl kun je je activiteit aanmelden en laten zien wat jullie doen. Ook is hier alle informatie te vinden.