



ANGSTSTOORNIS

TRANSGENDER

HOMO

VLUCHTELING

LAAGGELETTERD

SCHIZOFREEN

AUTIST

GEADOpteerd

HUMAN LIBRARY

Ontmoet je vooroordeel, ga in gesprek met levende boeken

JEHOVA'S GETUIGE

VERSLAafd

ASEKSUEEL

ROLSTOELGEBRUIKER

TATTOO MAN

DEPRESSIEF

PARANORMAAL

Gratis

Catalogus

zaterdag 25 januari . Bibliotheek De Mare

Inhoud

WELKOM BIJ DE HUMAN LIBRARY!	2
HOE LEEN IK EEN BOEK?	4
REGELS VOOR HET LENEN	5
Hooggevoelig	6
Misbruikt	7
Bipolair / manisch depressief & partner	8
HIV-positief	9
Anorexia	10
Verslaafd (drugs)	11
Spastisch	12
Verslaafd (Alcohol)	12
Borderline	14
Dakloos	15
Deeltijd transgender	16
Parkinson	17
Tienermoeder	18
Wees	19

WELKOM BIJ DE HUMAN LIBRARY!

In de Human Library lees je geen boeken, maar mensen. Interessante mensen die je in het dagelijks leven niet snel spreekt. Klopt wat we denken over mensen op basis van de buitenkant wel met de werkelijkheid?

In een open gesprek kan tijdens de Human Library alles gevraagd en besproken worden. Durf jij het aan?

De Human Library is een beproefd concept van Deense oorsprong, dat mensen met elkaar in contact brengt om zo vooroordelen te onderzoeken en tegen te gaan. Net als in een gewone bibliotheek waar boeken toegang geven tot onbekende werelden, biedt de Human Library bezoekers ook de mogelijkheid in de belevingswereld van een ander te stappen. Op een hele simpele manier: door onbevangen met elkaar in gesprek te gaan.

De voornaamste initiator van het project is Europe Direct. Europe Direct brengt Europees beleid dichtbij de mensen. In dit geval gaat het om respect voor diversiteit. Wij wonen met heel veel



verschillende mensen in Europa, soms zonder veel van elkaar te weten. Met de Human Library komen mensen dichterbij elkaar.

Welcome to the Human Library!

In the Human Library you don't read books, but people. Interesting people, whom you would perhaps not speak to in your everyday life. Do our thoughts about the outside appearance match with the truth?

Everything can be asked and discussed in an open conversation. Do you dare to join?

The Human Library is a tested concept, originally developed in Denmark, to bring people together and to challenge prejudices. Just like a normal library, where books give access to unknown worlds, the Human Library also offers the possibility to step into the world of another person. In a very simple way: by having an open-minded conversation.

The principle initiator of the project is Europe Direct. Europe Direct brings European policy closer to the people. In this case, it is about respect for diversity. We live together in Europe with a lot of different people, sometimes without knowing much about each other. With the Human Library, people come closer together.

**HOE LEEN IK
EEN BOEK?**

how do I borrow a book?

1

Blader door de catalogus en kies een boek.

Read through the Catalogue and choose a book.

2

**Registreer uzelf bij de Human Library balie
om een boek te lenen.**

Register at the Human Library desk to take a book on loan.

3

**Een van de vrijwilligers zal u voorstellen aan het levende
boek! U heeft 20-30 minuten met het boek te besteden.**

*One of our volunteers will introduce you to the human book
you have requested! You have 20-30 minutes with each book.*

**Als u vragen heeft zijn onze vrijwilligers aanwezig om te
helpen! Aarzel niet om hen te benaderen.**

*If you have any questions, volunteers are here to help!
Feel free to approach them*

REGELS VOOR HET LENEN

Rules for borrowing

1. Alleen geregistreerde lezers die de regels van de Human Library accepteren en opvolgen mogen een boek lenen / *Only registered readers who accept and comply with Human Library rules can borrow Books.*
2. De Human Library is gratis / *Human Library is free of charge.*
3. Als het boek dat u wilt lenen op dat moment niet beschikbaar is, kies dan een ander boek, of wacht op een moment dat het boek wel beschikbaar is / *If a book you would like to borrow is unavailable, please choose another book or wait until a free session.*
4. Boeken kunnen niet gereserveerd worden / *You cannot reserve Books.*
5. Twee lezers kunnen tegelijk een boek lenen, maar alleen als zij elkaar kennen. Bovendien moet het gewenste boek hiermee akkoord gaan / *Two readers may borrow the same book at the same time only if they know each other. However, the specific Book must agree to this.*
6. Er mag één boek tegelijk worden geleend / *Only one book can be borrowed at a time.*
7. Als het boek dat u graag wilt lenen een andere taal spreekt, dan kunt u om een woordenboek vragen (een tolk) / *If the book you would like to read is in a language you do not understand, you can ask for a dictionary (an interpreter).*
8. De lezer is verplicht om het boek in goede mentale en fysieke staat terug te brengen. Geweld, vloeken en beledigend gedrag wordt niet getolereerd. Een lezer die hier niet aan voldoet wordt verwijderd van de Human Library / *The reader is obliged to return the book in good mental and physical condition. Violence, swearing and offensive behaviour will not be tolerated. Any hint of such conduct will entail expulsion from the Human Library event.*
9. Het boek mag het gesprek op elk moment beëindigen als hij/zij het gevoel heeft dat zijn privacy wordt aangetast of als de lezer zich onacceptabel gedraagt / *The books are allowed to quit the conversation at any time if she or he feels that a reader has overstepped their privacy or dignity, or if the reader is behaving unpleasantly.*
10. Een boek heeft het recht om een lezer te weigeren / *The books have the right to refuse a reader.*
11. Iedereen ouder dan 14 jaar mag een boek lenen. Lezers onder deze leeftijd moeten vergezeld zijn door een ouder of verzorger / *Everyone over the age of 14 may borrow books. Readers under this age must be accompanied by a parent or guardian.*

Hooggevoelig

Pascal is niet gek, wel hooggevoelig. Waren het de hormonen, een onregelmatig leven als stewardess, reizen in verschillende tijdzones of haar hooggevoeligheid? Zelf denkt zij het laatste, maar feit blijft dat ze na haar bevalling in een psychose belandde. Een periode die ze zich nog kan herinneren en waarin haar gevoel vergroot werd. Overdreven. Uitbundig. Overweldigend zelfs. Om dit tegen te gaan moest Pascal medicatie slikken, maar deze zorgden ervoor dat ze eigenlijk helemaal niets meer voelde. Ze was verdoofd en suffig, alles voelde vlak. De angst om daar nooit meer uit te komen was dan ook heel groot. Want voor Pascal betekende dit niet alleen dat zij haar gevoel kwijt was: ze was met haar gevoel zichzelf kwijtgeraakt.

Stukje bij beetje ging zij hierna op zoek naar zichzelf waardoor zij haar gevoel langzaamaan weer terug kreeg. Ze vond zichzelf. Een stralend hooggevoelig mens, iets dat bij haar hoort. Ze krijgt alle prikkels binnen, alle geuren en kleuren en ook gevoelens van zichzelf en anderen. "Maar ik vind mijzelf geen zweefteef." voegt ze daar al lachend aan toe. "De mensen die dat zeggen zijn vaak zelf heel gevoelig." Inmiddels is Pascal vele jaren verder en zet zij zich elke dag in om het taboe dat nog op hooggevoeligheid rust te doorbreken en dit los te koppelen van de 'zweefteefstempel'. Ook gebruikt ze haar hooggevoeligheid nu als kracht om anderen te helpen en te coachen.

Taal: Nederlands

-

Highly sensitive

Pascal is not crazy, but highly sensitive. Was it the hormones, an irregular life as a stewardess, traveling in different time zones or her high sensitivity? She herself thinks the latter, but the fact remains that she ended up in a psychosis after giving birth. A period that she can still remember and in which her sense of feeling was increased. Overdone. Exuberant. Even overwhelming. To counteract this, Pascal had to take medication, but this made sure that she actually didn't feel anything anymore. She was numb and drowsy, everything felt flat. The fear of never getting out of it was therefore considerable. Because for Pascal this not only meant that she had lost her feelings: she had lost herself.

Little by little, she went in search of herself, slowly returning her feeling. And finally succeeded. A radiant highly sensitive person, something that belongs to her. She receives all the stimuli, all the smells and colors and also feelings of herself and others. "But I don't find myself a float bitch," she adds, laughing. "The people who say that are often very sensitive themselves." In the meantime, Pascal committed herself to lifting the taboo that still rests on high sensitivity and to disconnect it from the "float bitch". She now uses her high sensitivity as a force to help and coach others.

Language: Dutch

Misbruikt

Het gezin waar F. opgroeide was geen oase van rust. Integendeel, met een zeer opvliegende vader was het huis van opa en oma voor de jonge F. een toevluchtsoord waar ze gewoon kind kon zijn. En waar ze niet hoefde te 'zorgen' voor zusje en moeder.

Op haar 10 e jaar overleed de lieve opa. Oma ging al snel samen wonen met een andere man. F. wilde niet meer logeren bij deze vieze nare man. Maar het moest.

Deze 'stiefopa' misbruikte F. jarenlang. Totdat oma van deze man ging scheiden. F. was toen 19 jaar. Deze jaren waren een hel. Maar desondanks is het F. gelukt om een leven op te bouwen met haar lieve man en prachtige kinderen. Een warm liefdevol gezin wat ze in haar jeugd moest missen. Toen haar kinderen ouder werden, en minder zorg nodig hadden, kwamen de herinneringen aan vroeger heftig terug. Door dissociaties en veel paniek durfde ze niet meer alleen dingen te ondernemen. Ze ging in therapie. Ze kreeg de diagnose complexe PTSS en dissociatieve stoornis. Sinds 2018 heeft F. een hulphond. Een fantastische hond die haar haar vrijheid en zelfstandigheid weer terug geeft! En zorgt voor veel veiligheid. Hierdoor kan F. zich weer richten op datgene zij het liefste doet: het blij maken van mensen door gebruik van creativiteit en muziek. Iets waar haar eindeloze kracht en positieve instelling maar wéér door bewezen worden.

Taal: Nederlands

-

Abused

The family where F. grew up was no oasis of peace. On the contrary, with a very irascible father, the house of her grandparents was a refuge for young F. where she could just be a child. And where she did not have to 'take care' of sister and mother. Her sweet grandfather died when F. was 10 years old. Grandma soon went to live with another man. F. did not want to stay with this dirty nasty man anymore. But she had to. This 'step-dad' abused F. for years. Until grandma divorced the man. F. was then 19 years old. These years were hell. But despite this, F. has succeeded in building a life with her lovely husband and beautiful children. A warm loving family that she had to miss in her youth. When her children grew older and needed less care, the memories of the past came back fiercely. Due to dissociations and a lot of panic, she no longer dared to do things on her own. She went into therapy. She was diagnosed with complex PTSD and dissociative disorder. Since 2018, F. has had an assistance dog. A fantastic dog that gives her her freedom and independence back! And ensures a lot of safety. This allows F. to focus again on what she does best: making people happy through her creativity and music. Something that proves her endless strength and positive attitude once again.

Language: Dutch

Bipolair / manisch depressief & partner

“Eindelijk een vent die naar buiten treed met zijn stoornis.”

Na een jarenlange struggle krijgt René Booms eindelijk duidelijkheid in waar zijn klachten vandaan komen, Rene blijkt last te hebben van een bipolaire stoornis. Met zijn verhaal probeert hij meer inzicht te creëren in de extreme stemmingswisselingen die de stoornis met zich meeneemt. En dan ook de invloed hiervan op bijvoorbeeld werken of juist even niets doen, stigmatisering, innerlijk geluk en zelfontplooiing en natuurlijk, de liefde. Want wat voor impact heeft zo'n stoornis wel niet op een huwelijk. En hoe ga je hier mee om? Samen met zijn vrouw José, met wie hij al 19 jaar getrouwd is, wil René als een 'gewoon' persoon naar buiten treden: hij is immers veel meer dan bipolair. Zo proberen zij een gezicht te zijn voor anderen die ook zelf last hebben van een bipolaire stoornis of dit in hun directe omgeving ervaren. En natuurlijk, om het taboe dat erop rust te doorbreken. Hij als echte ervaringsdeskundige en zij als direct betrokkene. Nu staan zij samen voor de vraag: hoe kom je van een situatie van overleven naar een andere manier van leven waarin bipolariteit niet per se meer het centrale thema is?

Taal: Nederlands

-

Bipolar / manic depressed & partner

"Finally a guy who owns up to his disorder."

After years of struggle, René Booms finally gets clarity where his complaints stem from, René is suffering from bipolar disorder. He tries to gain more insight into the extreme mood swings that the disorder are causing. Also the effects of the mood changes on for example working life or just relaxing, stigmatization, inner happiness and self-development and most importantly on love. What are the consequences of the disorder in a marriage? And how do you deal with them? Together with his wife José, to whom he has been married for 19 years, René wants to come about as an "ordinary" person: he is so much more than his disorder. They try to be an example and sounding board for others in a similar situation. And of course, to lift the taboo that rests on it. René a true experience expert and his wife as the person directly involved. Together they now face the question: how do you move on from a state of survival to another way of life in which bipolarity is no longer the central theme?

Language: Dutch

HIV-positief

Samen delen en voor elkaar zorgen werd Hauwertse Wil Groot, afkomstig uit een katholiek gezin met zestien kinderen, met de paplepel ingegoten. Als kind wilde hij missionaris worden, net als zijn tante Afie. Zijn weg liep echter anders. Na jarenlang in het buitenland gewoond te hebben, ontdekte hij 30 jaar geleden HIV positief te zijn. Aanvankelijk was de schok groot, maar hij voelde geen angst. Integendeel. Hij werd bijzondere strijdvaardig. Toen Wil, jaren later, een boek met aidsverhalen in Afrika in handen kreeg, werd hij enorm geraakt. Die nacht had hij een droom over weeskinderen in Zuid-Afrika, waarvoor hij een huis zou bouwen. De volgende dag besloot hij de daad bij het woord te voegen. Want hier in het westen is HIV niet langer levensbedreigend. Met behulp van medicijnen, goede voeding en veel beweging zijn de levenskansen enorm toegenomen. In Afrika is dat nog lang niet het geval en vele kinderen verliezen hun ouders aan Aids. Negen maanden na zijn droom stond het eerste kindertehuis voor aidswezen in Zuid-Afrika. Nu, tien jaar later, heeft hij nog veel meer weten te realiseren. Tijdens de Gay Pride 2018 werd Wil benoemd als een van de HEROES: mensen die het voortouw nemen om het taboe rond LHBTI te doorbreken en die dit ook in het openbaar uitdragen. Mensen die zich inzetten voor het recht om jezelf te kunnen zijn, in het bijzonder voor de LHBTI gemeenschap - of ze er zelf toe behoren of niet.

Taal: Nederlands en Engels

-

HIV-positive

As a child Wil Groot, from a Catholic family with sixteen children, wanted to become a missionary, just like his aunt Afie. His life, however, went a different path. After living abroad for many years, he discovered 30 years ago he's HIV positive. It gave him a big shock at first, but he felt no fear. On the contrary.

He became particularly combative. When Wil, years later, read a book with AIDS stories from Africa, he was deeply touched. That night he had a dream about orphans in South Africa, for which he would build a house. The next day he decided to go for it. Because here in the west, HIV is no longer life-threatening. With the help of medicine, good nutrition and lots of exercise, life chances have increased enormously. In Africa this is not the case and many children lose their parents to Aids. Nine months after his dream, the first children's home for AIDS orphans opened in South Africa. Now, ten years later, he has managed to realize much more. During the Gay Pride 2018, Wil was named as one of the HEROES: people who take the lead in breaking the taboo around LGBTI and who also propagate this in public. People who are committed to the right to be yourself, especially for the LGBTI community - whether they belong to it or not.

Language: Dutch and English

Anorexia

Als jongste dochter van 7 kinderen op het tuindersbedrijf van haar ouders groeide A. op in een gezellige omgeving. Toen ze de 18 had bereikt besloot ze om het ouderlijk huis te verlaten en te trouwen. Niet ongewoon droomde A. veel over haar grote dag. De dag dat zij een mooie, slanke bruid zou zijn. Maar deze droom liep binnen een half jaar tijd ontzettend uit de hand. Ze verloor meer dan 40 kilo, at bijna niets meer en was naast haar fulltime baan veel aan het sporten. Zich bewust van dat dit niet de bedoeling was zocht A. een diëtiste en een psycholoog op. Maar beiden bleken niet in staat haar te kunnen helpen. Ze verloor haar levenslust en werd depressief. Want hoewel A. niet laxeerde of spuugde, lukte het maar niet om grip te krijgen op haar eetpatroon. Ze besloot zich te laten opnemen, in eerste instantie met resultaat. Maar eenmaal terug in haar oude omgeving, bleek de stoornis toch te sterk.

Na bijna drie jaar las A. een artikel in de Libelle. Het betrof een vrouw die alleen de wereld over reisde. Zonder twijfel besloot zij dit ook te gaan doen. In de hoop dat ze in een nieuwe omgeving haar eetstoornis voorgoed kon overwinnen. Ze trok twee maanden door Australië. Op eigen kracht won A. de controle over haar lichaam en haar eetpatroon terug. Een kracht waarmee ze zich nu ook op meerdere gebieden inzet om taboes te doorbreken en een steunpilaar te zijn voor anderen die met een eetstoornis te maken hebben.

Taal: Nederlands

-

Anorexia

As the youngest daughter of 7 children at her parents' horticultural business, A. grew up in a secure environment. When she reached the age of 18, she decided to leave the family home and to get married. Not uncommon, A. dreamed a lot about her big day. The day she would be a beautiful, slender bride. But this dream turned into a nightmare within half a year. She lost more than 40 kilos in weight, ate almost nothing and was constantly working out, besides working at her full-time job. Aware that this was not a normal life, A. sought out a dietician and a psychologist. But both of them proved unable to help her. She lost her zest for life and became depressed. Because although A. did not lax or throw up, she was unable to get a grip on her eating habits. She decided to be admitted in a clinic, initially with good results. But once back in her old environment, the disorder turned out to be too strong. Three years on, A. read an article in a magazine, about a woman who traveled the world on her own. Without hesitation she decided to follow this example, in the hope that she could overcome her eating disorder forever in a new environment. She traveled through Australia for two months and regained control of her body and eating habits on her own. An inner strength she now uses to break taboos and to be a support others suffering from eating disorder.

Language: Dutch

Verslaafd (drugs)

Wendela was 15 toen zij voor het eerst de heroïne aanraakte. De eerste jaren gebruikte ze alleen in de weekenden en tijdens vakanties, maar uiteindelijk werd dit dagelijks en is het uitgegroeid tot een verslaving. Na 27 jaar verslaafd te zijn geweest, is Wendela inmiddels sinds 2004 helemaal clean en daar is ze trots op! "Ik ben op het punt gekomen dat ik mij niet meer schaam over het verleden". Of zij ervaring heeft met vooroordelen? Zeker! Zo heeft zij ooit ongeveer 24 uur knock-out op straat gelegen, omdat voorbijgangers haar lieten liggen. Ook in de tram gingen medereizigers vaak een stoel verderop zitten. Ze heeft tijdens haar verslaving al meerdere keren geprobeerd om te stoppen, maar zoals ze zelf al aangeeft: "Bij een verslaving is het alles of niets". Toen ze op het randje van de dood stond, wist ze uiteindelijk toch het roer om te gooien. De gevolgen zijn zichtbaar, maar niet allemaal negatief. Ondanks dat ze lichamelijk is afgekeurd, is ze volop in beweging en geniet ze dubbel van het leven

Taal: Nederlands

-

Addiction (drugs)

Wendela Berg was 15 when she started to take heroin for the first time. In the first few years she only used on weekends and during holidays, but eventually it became a daily addiction. After been addicted for 27 years, Wendela is now completely clean since 2004 and she is justly proud of that! "I have come to the point where I am no longer ashamed of the past". Whether she has experience with prejudices? Certainly! For example, she has been knocked out on the street for about 24 hours because passersby just ignored her or pretended not to see her. Fellow travelers in the tram choose a seat a few chairs down, just to not sit next to her. During her addiction she tried several times to stop, but as she herself says: "With an addiction it is all or nothing". When she was on the verge of death, she finally managed to change course. The consequences are visible, but not all negative. Despite being physically discharged, she is in full swing and enjoys life to the max!

Language: Dutch

Spastisch

Mike Roos (31) werd maar liefst 12 weken te vroeg geboren en toen hij vijf dagen oud was, kreeg hij ook nog een hersenbloeding. Als gevolg van die slechte start heeft Mike last van een spastisch lichaam en beweegt hij zich voort in een rolstoel. Hij heeft volledige ondersteuning nodig bij zijn persoonlijke verzorging. Dat weerhoudt hem er echter niet van om optimistisch en actief te blijven. Zo werkt hij vrijwillig als receptionist van een buurthuis, werkt als radioDJ en is voorzitter van de roze stichting RER. Deze stichting wil de houding t.o.v. de LHBT-gemeenschap toleranter maken. Mike deed ook mee aan het televisieprogramma 'Het zal me een rotzorg zijn', waarin onverantwoordelijke jongeren de uitdaging aangaan een periode voor een beperkte medemens te zorgen...

Taal: Nederlands

-

Spastic

Mike Roos (31) was born no less than 12 weeks too early. When he was five days old, he also suffered a brain hemorrhage. Because of that bad start in life, Mike suffers from a spastic body and can only move himself around in a wheelchair. He needs full support in his personal care, but that does not stop him from being an optimistic and active person. For example, he works voluntarily as a receptionist at a community center, works as a radio DJ and is chairman of the pink RER foundation. This foundation wants to make the attitude towards the LGBT community more tolerant. Mike also participated in the television program 'Het zal me een rotzorg zijn', in which irresponsible young people take up the challenge to provide assistance and care for their disabled fellow man.

Language: Dutch

Verslaafd (Alcohol)

Toen Astrid (53) op 11-jarige leeftijd haar moeder verloor, stortte haar wereld in. Er werd weinig aandacht besteed aan het verdriet van het meisje, want haar vader moest alle zeilen bijzetten om zelf overeind te blijven. In korte tijd na het overlijden van haar moeder, stierven ook haar tante en oom, waar ze met haar vader bij was ingetrokken. Astrid kreeg heel veel liefde van haar vader, maar de situatie was alles behalve normaal. Er was geen ruimte voor verwerking van het verlies van haar moeder. Ze besloot hem vooral niet nog meer zorgen te geven. 12 jaar geleden overleed ook hij, eveneens aan kanker. Toen ging de doos van Pandora open. Astrid raakte zichzelf volkomen kwijt en zocht wanhopig naar verdoving. Wijn gaf haar de roes waar ze naar zocht en geleidelijk aan dronk ze meer en meer. Tot haar 11-jarige dochter haar verweet er te zijn, maar er toch niet te zijn. Haar man heeft toen het besluit genomen dat het zo niet langer meer kon. Ze ging in dagtherapie bij het RKZ in Beverwijk. Dit was een lange en moeilijke weg, maar het duurde nog lang voor de onderliggende oorzaak, naast de rouw, was gevonden. Haar depressies en suïcidale neigingen bleken veroorzaakt te worden door het feit dat Astrid bipolair is. Daarnaast heeft ze kenmerken van borderline. Langzaam vallen de puzzelstukjes op hun plek. Nu ze weet wat de oorzaak is kan ze eerder aanvoelen wanneer het mis gaat. Want een bipolaire stoornis gaat nooit over, je kunt het hooguit beter handelen. Samen met haar man, die altijd naast haar is blijven staan, en haar kinderen ziet ze nu weer toekomst.

Taal: Nederlands

Addiction (alcohol)

When Astrid (53) lost her mother at the age of 11, her world collapsed. Little attention was paid to the girl's grief, because her father had to go all out to keep himself afloat. In a short period following the death of her mother, her aunt and uncle (where she had moved in with her father) died as well. Astrid received a lot of love from her father, but the situation was anything but normal. There was no room for processing the loss of her mother. She decided to spare him more sorrow. He died 12 years ago, also from cancer. Then Pandora's Box opened. Astrid lost herself completely and desperately searched for anesthesia. Wine gave her the intoxication she was looking for, and gradually she drank more and more. Until her 11-year-old daughter blamed her for being there, but not being there anyway. Her husband then made the decision that the situation was no longer tolerable. She went into day therapy at the RKZ in Beverwijk. Start of along and difficult road. It took a long time before the underlying cause, not just the anguish of bereavement, was uncovered. Her depression and suicidal tendencies were due to the fact that Astrid is bipolar. She also exhibits borderline characteristics. Slowly all the pieces are coming together. Now she knows the cause of her problems, she notices sooner when things tend to go wrong. Together with her husband, who has always supported her, and her children, she now sees a future for herself.

Language: Dutch

Borderline

Wat doet Borderline met je leven? Barbara Metselaar heeft Borderline en kan dan ook alles vertellen over de vooroordelen die erbij komen kijken. Borderline is een persoonlijkheidsstoornis. Het is een psychische aandoening waarbij je te maken hebt met angst, depressiviteit en in de war zijn. Ooit is de term borderline bedacht als 'grens' tussen neurose en psychose, maar dit klopt niet. Borderline heeft symptomen van neurose en psychose, maar er zijn echter veel verschillen.

Borderliners worden vaak negatief benaderd, maar is het allemaal zo erg als vaak gedacht wordt of zitten er misschien ook positieve kanten aan het verhaal? Zelf is Barbara getrouwd en heeft ze een gezin waar ze trots op is. Makkelijk is het niet, maar allemaal negatief is het dus zeker niet.

Hoe Borderline het leven van Barbara beïnvloedt, vertelt ze tijdens de Human Library!

Taal: Nederlands

Borderline

How does Borderline influence your life? Barbara Metselaar was diagnosed with Borderline and can therefore tell everything about the prejudices that come with it.

Borderline is a personality disorder. It is a mental illness where you have to deal with anxiety, depression and being confused. Once the term borderline was conceived as a 'border' between neurosis and psychosis, but this is not true. Borderline has symptoms of neurosis and psychosis, but there are many differences.

Borderliners are often approached negatively, but is it all as bad as is often thought or maybe there are also positive aspects to the story? Barbara herself is married and she has a family she is proud of. It is not easy, but it is definitely not all negative.

How Borderline influences Barbara's life, she tells during the Human Library!

Language: Dutch

Dakloos

De Amerikaanse Kitania (Kitty) was jarenlang dakloos. Haar start in het leven was niet makkelijk. Ze werd geadopteerd, maar de zoektocht naar haar identiteit dreef haar naar de straat. Ze zwierf door Amerika totdat ze op haar twintigste een zeer ernstig motorongeluk kreeg. Met een hartstilstand, hersenbeschadiging, het verlies van een deel van haar gezichtsvermogen en botten aan de rechterkant van haar gezicht, werd ze ook nog geveld door een beroerte, die de rechterkant van haar

lichaam aantastte. Omdat ze echter geen ziektekostenverzekering had, werd ze na zes dagen uit het ziekenhuis ontslagen. Zonder nazorg of onderdak. Helemaal alleen moest ze, doodziek, uitvogelen hoe ze weer moest leren lopen, eten, denken en leven.

Later in haar leven kwam Kitania naar Nederland, waar ze als gevolg van ongelukkige omstandigheden ook in de daklozenopvang in Alkmaar terecht kwam. Nu, jaren later, heeft Kitania haar eigen kleine appartement in Alkmaar en haar geluk kan niet op.

Taal: Engels

Homeless

Kitania has been living on the street for many years of her life. It started out in America, where she was born. Kitania had been adopted - and not knowing where she came from or where she fit in drove her to the streets, where she felt closest to other homeless people. She wandered around America until she got into a deadly motorcycle accident when she was twenty years old. She went into cardiac arrest and suffered a brain injury, lost part of her vision and bone on the right side of her face, and had a stroke that affected the right side of her body. She was brought to the hospital but since she didn't have any health insurance, she was kicked out six days later and left on her own to figure out how to walk, eat, think and live again.

Later in life Kitania came to the Netherlands, where due to unfortunate circumstances she also ended up staying in the homeless shelter in Alkmaar. Now years later, and after a fight for a permit to stay in the Netherlands, Kitania has her own little apartment in Alkmaar and she couldn't be happier.

Language: English

Deeltijd transgender

De man uit de machinekamer gebruikte altijd handschoenen om zijn nagels niet te beschadigen. En zijn benen waren steeds zorgvuldig geschoren. Natuurlijk dachten zijn kameraden daar iets van, maar de waarheid is nooit aan het licht gekomen, die hield Kimberly (56) binnenskamers.

Opgegroeid in het oosten des lands, wist ze al jong dat er iets anders aan haar was, maar wat het was en hoe het heette, wist ze niet. Ze werd verliefd en trouwde op jonge leeftijd. Haar vrouw weet al jaren van haar voorkeur om vrouwenkleding te dragen en kan daar goed mee leven. De buitenwereld in hun woonplaats weet het echter niet. Zijn oudste kind en kleinkinderen hebben geen idee, het jongste kind vind het prima en geeft soms zelfs advies.

Een volledige transitie is geen optie i.v.m. het feit dat ze drager is van het borstkankergen. Daarnaast gaat dat te ver voor haar vrouw en die wil ze niet kwijt. Twee keer per week is Kimberly daarom volledig Kimberly. De rest van de week is ze man. Kimberly zet zich in voor de LHBTQI-gemeenschap. Met volledige steun van haar geliefde, die zelfs meegaat naar speciale avonden. Bang om herkend te worden, is ze niet. Kimberly verschilt zoveel van haar mannelijke gedaante, dat de twee werelden op deze manier gescheiden naast elkaar kunnen bestaan.

Parttime transgender

The man from the engine room always used gloves to avoid damaging his nails. And his legs were always carefully shaved. Of course his comrades thought something of that, but the truth never came out, Kimberly (56) kept it indoors.

Raised in the east of the country, at a young age she knew that there was something different about her, but what it was and what it was called, she did not know. She fell in love and married at a young age. Her wife has known her preference to wear women's clothing for years and can live with it. However, the outside world in their place of residence does not know. Her oldest child and grandchildren have no idea, the youngest child likes it and sometimes even gives advice.

A complete transition is not an option because of the fact that she is a carrier of the breast cancer gene. In addition, that goes too far for her wife and she does not want to lose it. Kimberly is therefore completely Kimberly twice a week. She is a man for the rest of the week. Kimberly is committed to the LGBTQI community. With full support from her lover, who even joins her at special evenings, she's not afraid to be recognized. Kimberly differs so much from her masculine form, that the two worlds in this way can be combined.

Language: English

Parkinson

Hein Drost heeft Parkinson, dat weet hij al sinds 2012. Toch was de Ziekte Van Parkinson er waarschijnlijk al eerder. Het gaat om 10, misschien zelfs wel om 20 jaar daarvoor. Weet jij wat Parkinson is en hoe je het herkent? Enkele symptomen zijn misschien wel bekend, zoals het trillen van handen en hoofd. Maar wat komt er nog meer bij kijken?

“In de bloei van mijn leven had ik een goede baan en ik was met gemak altijd een van de beste in de dingen die ik deed, maar sluipenderwijs veranderde dat. Bijna niemand viel dit op. Twijfel... ligt het aan mij? Is het gewoon omdat ik ouder word? Chagrijnig ben? Moe misschien? Heb ik een burn-out? Of is er meer aan de hand?”

In de lange periode dat Hein al wel Parkinson had, maar dat nog niet wist, heeft hij psychische schade opgelopen. De psychische gevolgen vielen misschien nog wel zwaarder dan de lichamelijke beperkingen. Hein vertelt over geduld, begrip en over datgeen dat de Ziekte Van Parkinson met iemand doet.

Parkinson's

Hein Drost was diagnosed with Parkinson's in 2012, but the disease developed 10, maybe even 20 years earlier. Do you know what Parkinson is and how you recognize it? Some symptoms are perhaps known, such as the shaking of hands and head. But what else is involved?

"In the prime of my life I had a good job and I was always one of the best in the things I did, but that suddenly changed. Almost nobody noticed this. Doubt ... is it me? Is it just because I am getting older? Grumpy? Tired maybe? Do I have a burn-out? Or is there more to it?"

In the long period before the diagnosis Hein suffered psychological damage of having Parkinson's and knowing it. These psychological consequences may have been heavier than the physical limitations. He talks about patience, understanding and about what the Parkinson's disease does to someone.

Tienermoeder

De 14-jarige Leia had geen ideale thuissituatie en kwam al vroeg in aanraking met soft- en harddrugs. Vlak voor ze uit huis geplaatst zou worden, ontdekte ze dat ze zwanger was. Ze besloot het kindje te houden, ondanks het gebrek aan steun en het feit dat ze nergens heen kon. Leia is nu 22 en haar zoontje is 8. Met zijn tweeën hebben ze een bijzonder lange weg afgelegd en ondanks dat ze zelf geen veiligheid ervoer, heeft ze haar zoon een zo goed mogelijke basis proberen te geven.

Leia's leven ligt onder een vergrootglas en daardoor loopt ze continu op haar tenen. De angst dat ze haar kind kan verliezen is altijd aanwezig. Ze krijgt hulp om haar verslaving onder controle te houden en ze hoopt binnenkort een HBO-opleiding te starten. Het schokkende verhaal van Leia's leven is vooral ook een verhaal van doorzettingsvermogen, vechtlust en een heel krachtig meisje dat ondanks haar leeftijd moest handelen als een volwassene.

Teenage mum

The 14-year-old Leia did not have an ideal home situation and came into contact with soft and hard drugs at an early stage. Just before she was to be placed from home, she discovered that she was pregnant. She decided to keep the baby, despite the lack of support and the fact that she could not go anywhere. Leia is now 22 and her son is 8. With the two of them, they have traveled a very long way, and despite not experiencing safety herself, she has tried to give her son the best possible basis.

Leia's life is under a magnifying glass and as a result she is constantly walking on her toes. The fear that she can lose her child is always present. She gets help to keep her addiction under control and she hopes to start a college education soon. The shocking story of Leia's life is above all a story of perseverance, fighting spirit and a very powerful girl who, despite her age, had to act like an adult.

Wees **CHECK OP JUISTHEID TEKST** bij boek!

Als boerendochter Wilma op haar 8ste plotseling haar moeder verliest, gaan er vele huishoudsters aan haar voorbij. Uiteraard sluiten zich daar ook vaders vriendinnen/stiefmoeders bij aan. Ze is haar kindzijn dan gauw kwijt en haar uiteindelijke stiefmoeder is niet bepaald met Wilma's lot begaan. Als haar vader na een heel kort ziekbed sterft, is ze bijna 16. Het jonge meisje gaat bij haar oudere broer en zijn jonge gezin wonen. Voor iedereen een bijzondere situatie, want ineens is je broer je pleegvader. Daarnaast is dit de zesde nieuwe gezinssituatie in haar korte leven. Hoe dit haar verder beïnvloed heeft, vertelt zij u tijdens deze Human Library.

Taal: Nederlands

Orphan

When farmer's daughter Wilma suddenly loses her mother at the age of 8, many housekeepers pass her by. Of course, father's girlfriends/stepmothers join in too. She loses her childhood too early and her ultimate stepmother was not exactly committed to Wilma's wellbeing. When her father dies after a very short illness, she is almost 16. The young girl goes to live with her older brother and his young family. An unusual situation for everyone, because suddenly your brother becomes your foster father. In addition, this is the sixth new family situation in Wilma's short life. How this has influenced her, she tells you during this Human Library.

Language: Dutch

Chronisch ziek

Linda Brandse (67), schrijfster en tolkvertaalster Engels, rouwt al een half mensenleven om het verlies van haar gezondheid. Als hartpatiënt is ze al jaren chronisch ziek. Het afgelopen jaar kwam daar het verlies van haar partner en een zwaar hartinfarct overheen. Dat zie je niet aan haar en daar zit hem de kneep. Men kan niet goed inschatten wat haar beperkingen zijn, maar vormt zich daarover een eigen beeld, dat vaak niet klopt. Haar energieniveau is erg laag, maar als ze daarover vertelt, krijgt ze te vaak allerlei, goed bedoelde, maar ongevraagde adviezen. Soms kan ze iets wel en soms lukt het gewoon niet en die 'onduidelijkheid' zorgt voor oordelen. Het gebrek aan begrip voor haar wisselende conditie raakt haar. Als je er aan de buitenzijde niet ziek uit ziet, trekken mensen conclusies, zonder de details te weten. Maar als je echt geïnteresseerd bent in die details en er naar vraagt, krijg je meteen een veel duidelijker beeld van de situatie.

Taal: Nederlands & Engels

Chronically ill

Linda Brandse (67), writer and interpreter translator English, has been grieving half a human life for the loss of her health. As a heart patient, she has been chronically ill for years. In the past year the loss of her partner and a major heart attack got on top of it. You don't see that on the outside and there is the pinch. For people on the outside it's difficult to estimate what her limitations are and mostly people form their own image about it, which is often incorrect. Her energy level is very low, but when she talks about it, she often gets all sorts of well-intentioned but unsolicited advice. Sometimes she can do something and sometimes it just doesn't work and that "lack of clarity" leads to judgments. The lack of understanding for her changing condition affects her. If you don't look sick on the outside, people draw conclusions without knowing the details. But if you are really interested in those details and ask for them, you will immediately get a much clearer picture of the situation.

Language: Dutch & English

Niet-aangeboren hersenletsel

Als Lara op 17-jarige leeftijd van de trap valt, is het meteen goed mis. Het stuk schedel waar Lara met haar hoofd op de plavuizen vloer is gevallen is door de klap in vieren gebroken en ze heeft meerdere hersenkneuzingen en een hersenbloeding. Ze wordt met spoed geopereerd en na weken in het ziekenhuis gaat ze voor revalidatie naar Heliomare. Lara is blijvend verlamd aan de linkerzijde van haar lichaam en moet alles opnieuw leren, ook spreken. Met een enorm doorzettingsvermogen werkt ze aan herstel en leert ze omgaan met haar beperkingen. Na jaren van revalidatie is Lara op een punt gekomen dat ze kan onderzoeken wat er nu bij haar past. De afgelopen jaren leerde ze door ervaringen op verschillende werkplekken wat de mogelijkheden zijn binnen haar functioneren. Haar ontdekkingsreis gaat met vallen en opstaan, maar Lara laat zich, ondanks de tegenslagen, niet beperken. Ze is zich bewust geworden van de kwetsbaarheid van de mens, zorgt goed voor haar lichaam en geest, geniet intens van de kleine dingen en heeft veel waardering voor het leven.

Taal: Nederlands

Non-congenital brain injury

When Lara falls down the stairs at the age of 17, it is immediately wrong. The piece of skull where Lara hit the tiled floor broke in four pieces and she has multiple bruises and a brain haemorrhage. After weeks in the hospital she goes to Heliomare for rehabilitation. Lara is permanently paralyzed on the left side of her body and has to relearn everything, including speaking. With enormous perseverance, she works on recovery and learns to cope with her limitations. After years of rehabilitation, Lara has reached a point where she can investigate what development suits her. In recent years, she learned from experiences at various workplaces what the possibilities are within her functioning. Her journey of discovery goes through trial and error, but despite the setbacks, Lara does not allow herself to be limited. She has become aware of the vulnerability of people, takes good care of her body and mind, enjoys the small things intensely and appreciates life.

Language: Dutch

Bekeerd

Bianca verrast je in meerdere opzichten: al jaren is ze werkzaam in de katholieke kerk De Blijde Mare waar ze een nauwe vriendschap opbouwde met de Islamitische gebouwbeheerder. Sinds kort heeft ze ook besloten zich tot de Islam te bekeren. Evengoed blijft ze met heel veel liefde en toewijding haar werkzaamheden bij de Blijde Mare voortzetten.

De afgelopen twee jaar heeft ze, samen met haar islamitische vriendin van de kerk, de moskee bezocht. Dit bracht haar een bijzonder inzicht, wat haar de rust gaf die ze al voor een lange tijd zocht. Nu heeft ze een lerares die haar rustig aan begeleid om de religie en cultuur tot haar te nemen.

Ze heeft vier zonen, waarvan drie gehandicapt, en is al lange tijd gelukkig getrouwd met haar Nederlandse man.

Het taboe dat op het geloof Islam ligt, wilt ze graag proberen te doorbreken door haar eigen verhaal te vertellen.

Taal: Nederlands

Reformed

Bianca surprises you in several respects: she has been working for years in the Catholic Church De Blijde Mare, where she built up a close friendship with the Islamic building manager. Recently she has also decided to reform to the Islam. Nevertheless, she continues her work at De Blijde Mare with a lot of love and dedication.

For the past two years, she has visited the mosque with her Muslim friend of the church. This gave her a special insight, which gave her the peace she had been looking for for a long time. Now she has a teacher who calmly guides her to take in religion and culture.

She has four sons, three of whom are disabled, and has been happily married to her Dutch husband for a long time. She would like to try to break through the taboo on Islam, by telling her own story.

Language: Dutch

Transman

Robert werd geboren als meisje en deed jarenlang zijn best om vrouw te zijn: hij trouwde jong met een man, baarde twee kinderen en had een parttime baan. Op het oog had hij een prima leven en geen enkele reden om ongelukkig te zijn. Toch werd hij steeds depressiever.

De oorzaak leek gevonden te zijn toen hij op zijn 32e verliefd werd op een vrouw. Hij scheidde, kreeg een relatie met een vrouw en had het gevoel dat zijn leven nu klopte. Maar na een aantal jaar verdween dat gevoel en werd hij weer somber zonder te weten waarom.

Pas toen hij veertig was viel het kwartje: hij was een man. Een roerige tijd volgde. Hij kreeg te maken met vele vooroordelen, niet alleen van de samenleving maar ook van de medische wereld. Hij moest 'bewijzen' dat hij man was, maar hoe doe je dat? Wanneer ben je een man? En hoe behoort je je dan te voelen?

Robert wil met zijn zichtbaarheid als transman bijdragen aan de acceptatie van transgenders. En passant probeert hij genderstereotyperingen te doorbreken. Want waarom zou een man bijvoorbeeld geen lange nagels mogen hebben?

Taal: Nederlands

Transgender

Robert was born as a girl and tried for many years to be a woman: he married young with a man, gave birth to two children and had a parttime job. He had an excellent life in mind, no reasons to be unhappy. Yet he became increasingly depressed.

The cause appears to be found when he fell in love with a woman. He divorced, started a new relation with the woman and finally the feeling that everything was right. But after a couple of years the feeling disappeared and he started to feel depressed again, but he didn't know why.

Everything became clear when he was forty, he was a man. A turbulent time followed. He faced a lot of judgments, not only from the society also from the medical world. He had to prove that he was a man, but how? When are you a man? And how does it feel like to be a man?

Robert would like to participate actively in the acceptance of transgender. He will try to break the stereotype of transgender. Because why would a man not have long nails?

Language: Dutch

Blijerolstoeler

Claudia is door haar ziekte al 15 jaar aangewezen op een rolstoel. Dat heeft heel wat impact op haar leven, dat van haar gezin en zelfs op vriendschappen. Voor Claudia is haar rolstoel geen beperking maar juist een bevrijding. Het betekende voor haar het begin van een nieuwe opleiding en een andere carrière. En met groot succes. Maar het bracht ook een nieuwe wereld met zich mee, een wereld vol uitdagingen, obstakels, onbegrip en vooroordelen.

Als zij uit gaat, ziet zij vaak alleen maar de billen van mensen, en daar heeft zij natuurlijk niet zo veel zin in. Wat denken mensen zonder fysieke beperkingen over iemand die in een rolstoel zit? En, hoe komt het dat ze vaak niet geduwd of geholpen wil worden? Op deze en andere vragen geeft ze graag antwoord.

Claudia wil graag haar wereld vanuit de rolstoel met je delen. Misschien denk je te weten hoe het is en blijkt de werkelijkheid heel anders te zijn.

Taal: Nederlands

Wheelchair

Claudia has been dependent on a wheelchair for 15 years due to her illness. It has a lot of impact on her life, her family and even her friends. For Claudia is a wheelchair no constraint but a liberation. It meant the beginning of a new education and a different career. And with great success. But it also brought a new world with it, a world with incomprehension and prejudice.

When she goes out, she often only sees people's buttocks, and of course she doesn't like that. What do people without physical limitations think about someone in a wheelchair? And, why doesn't she want to be pushed or helped with her wheelchair? She will answer all your questions.

Claudia would like to share her world with you from the wheelchair. You usually think you know what it is like, but the reality is different.

Language: Dutch

Marokkaans

Jaren 70. In Casablanca (Marokko) wordt Saffiya als 19 jarige verliefd op een Nederlandse man. Uiteindelijk komt ze voor hem naar Nederland. De eerste jaren waren zwaar. Ze moest wennen aan een totaal nieuwe taal en cultuur. Saffiya deed een opleiding voor intermediair in Amsterdam, met een groep buitenlandse vrouwen.

Al vanaf het begin voldoet Saffiya niet aan 'het beeld' van de oudere (en ook niet van de nieuwe) generatie Marokkaanse vrouwen. Ze staat erg sterk tegenover de traditionele manier van omgaan tussen de Marokkanen onderling. Saffiya kan je vertellen over haar emigratie naar Nederland en over hoe haar vrije opvoeding voor Marokkaanse begrippen hier in Nederland werkt.

Taal: Nederlands

Moroccan

It's the 70s. In Casablanca (Morocco), Saffiya falls in love with a Dutch man at the age of 19. Eventually she comes to the Netherlands for him. The first years were tough. She had to get used to a totally new language and culture. Saffiya did an intermediary training in Amsterdam with a group of foreign women.

From the very beginning, Saffiya has not met 'the image' of the older (and not the new) generation of Moroccan women. She is very strongly opposed to the traditional way of dealing between Moroccans. Saffiya can tell you about her emigration to the Netherlands and how her free education for Moroccan standards works here in the Netherlands.

Language: Dutch