



Catalogus – Catalogue

Zwolle, 9 November 2019



Ga in gesprek met een Levend Boek!
Have a chat with a Human Book!



www.thehumanlibrary.nl
facebook.com/HumanLibraryNL

Inhoud

Index

VOORWOORD – <i>Introduction</i>	3
HOE LEEN IK EEN BOEK? – <i>How do I borrow a book?</i>	4
REGELS VOOR HET LENEN – <i>Rules for borrowing</i>	5
BOEKEN – <i>Books</i>	
Autistisch – <i>Autistic</i>	6
BOM vrouw – <i>Single Mother by Choice</i>	6
Eetstoornis – <i>Eating disorder</i>	7
Ex-Jehovah's getuige – <i>Ex-Jehovah's Witness</i>	7
Ex-Verslaafd – <i>Ex-Addicted</i>	8
Geadopteerd – <i>Adopted</i>	8
Hospice vrijwilliger - <i>Hospice Volunteer</i>	9
Huiselijk geweld – <i>Domestic violence</i>	9
Laaggeletterde – <i>Low literate</i>	10
Levenskunstenaar - <i>Master in the art of living</i>	10
Militair – <i>Soldier</i>	11
PTSS - <i>posttraumatic stress disorder</i>	11
Rolstoel – <i>Weelchair</i>	12
Tibetaanse Monnik - <i>Tibetan monk</i>	12
Transgender – <i>Transgender</i>	13
Verward persoon – <i>Psychose</i>	13
Vluchteling – <i>Refugee</i>	14
Zelfmoord - <i>Suicide</i>	14

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 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 er 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.**

Autistisch *Autistic*

Dit boek bestaat eigenlijk uit twee boeken. Afhankelijk van hoe het gaat met deze levende boeken krijg je de één of de ander.

Joke: Wat als je pas op latere leeftijd doorkrijgt dat je autistisch bent? Voor Joke ging er een wereld open, maar er is ook veel pijn over verloren tijd, de misverstanden en beschadigde relaties. Hoe had dit voorkomen kunnen worden? Joke kijkt terug én vooruit, want ook oudere autisten ontmoeten vaak veel onbegrip.

Wendy: Als moeder van een autistische zoon ontmoet Wendy veel onbegrip. Mensen vragen zich af of haar zoon wel echt autistisch is of gewoon moeilijk en dat hij teveel zijn zin krijgt. En ook “Je zult het wel vreselijk zwaar hebben met zo’n kind”. Ook dingen als: leiden zijn broer en zus er niet enorm onder? Dan moet toch altijd alles hetzelfde en gestructureerd zijn? Of is hij dan ergens heel erg goed in? Onwetendheid leidt tot vreemde misverstanden.

BOM vrouw *Single Mother by Choice*

Brandina had al een lange tijd een kinderwens, maar op dat moment geen partner. Toen een relatie uitbleef daagde het idee dat ze eigenlijk alleen een partner zocht vanwege haar kinderwens. Eigenlijk paste het haar ook veel beter om het moederschap alleen te doen. Ze had haar besluit genomen. Maar dan moet je een aantal moeilijke keuzes maken. Ga je bijvoorbeeld voor een bekende of onbekende donor? Haar zoektocht begon, maar er was haast. Inmiddels was Brandina 40+. Wie is er geschikt??? En als het kind er dan is, hoe hou je je alleen staande?

Dit zijn nog maar een aantal struggles van een BOM-vrouw!

Eetstoornis

Eating disorder

Over eten en niet eten. Over angst om dik te worden. Over niet aan willen komen of af willen vallen. De één eet niet of te weinig, de ander eet wel, maar kan geen maat houden. De één heeft grote eetbuien, de ander niet, maar beleeft het wel zo. Ze gaan over braken, lijnen, laxeren of overmatig bewegen. Het heeft alles te maken met een verstoorde en obsessieve manier van omgaan met eten.

Een complexe ziekte die maar door weinigen écht begrepen wordt.

Maar... als je dit boek leest dan kom je erachter dat het eigenlijk niets te maken met eten, dun of dik zijn. Het heeft allemaal te maken met de manier waarop je omgaat met jezelf, anderen en de wereld om je heen. Het heeft te maken met een negatief zelfbeeld en lichaamsbeeld.

Ex-Jehovah's getuige

Ex-Jehovah's Witness

Dit levende boek is opgegroeid als Jehova's Getuige. Toen zij ging samenwonen met iemand die geen getuige was, werd zij uitgesloten, met als consequentie dat familie geen contacten meer mocht onderhouden. Ook al was dit lastig, ze kijkt er zonder wrok op terug. Een belangrijke les voor haar was om vanuit zonder vooroordelen het goede voor anderen te doen. Wat weet jij over de Jehovah's Getuigen? Stel nu je vragen!

Ex-Verslaafd

Addicted

Ben je verslaafd in aanleg of word je het door beroerde omstandigheden, of is het een combinatie? Remco belandt in een neerwaartse spiraal waarbij hij niet meer mét alcohol & drugs kan, maar ook niet meer zonder.

Als de afgrond is bereikt, stort het zorgvuldig opgebouwde evenwicht van drankgebruik, werk en gezin in elkaar. Triest dat het zo lang heeft geduurd, want nu begint het zware werk: afkicken.

Geadopteerd

Adopted

Adoptie komt in de 80 er jaren goed op gang en dat maakt helaas ook de weg vrij voor fraude en handel met kinderen. Soorien komt uit Zuid-Korea, maar ze is niet wat er over haar op papier staat, haar gegevens kloppen niet. En wie ben je dan? Een vraag die veel geadopteerden bezighoudt. Als ze verder op onderzoek gaat loopt ze tegen muren.

Met haar geschiedenis en de keuze om haar baan op te zeggen en om te laten scholen als adoptiedeskundige en coach, helpt ze nu andere geadopteerden die mentaal in de problemen raken. Want wat er bij de adoptie mis is gegaan door het scheiden van moeder en kind, is nooit meer terug te draaien. Veel geadopteerden moeten leven met stoornissen en de reguliere zorg heeft moeite met een juiste aanpak.

Hospice Vrijwilliger

Hospice Volunteer

Dit Levende Boek begeleidt terminaal zieke patiënten tijdens de laatste maanden van hun leven. Zo kunnen zij deze doorbrengen in een huiselijke omgeving, in plaats van thuis. Het Hospice wordt gerund door een ervaren team van professionals en toegewijde vrijwilligers. Het doel is om het mensen zo comfortabel mogelijk te maken tijdens hun laatste maanden. De dood is altijd vlakbij, maar er wordt ook zeker geleefd. Het is geen “eng” huis, als je dat misschien denkt. Hoe vergaat het een hospice-vrijwilliger tijdens haar werk? Vaak zeggen mensen dat zij het werk niet aan zouden durven, dat het vast heel moeilijk en zwaar is. Misschien is dat ook zo? Stel deze en andere vragen aan dit Levende Boek, want iedere vraag is welkom!

Huiselijk geweld

Domestic violence

Wat is er eigenlijk huiselijk aan geweld? Het is niet bepaald gezellig. Wel heerst er een groot taboe op het onderwerp. Één van de belangrijkste lessen die dit levende boek wil overbrengen is dat het iedereen kan overkomen. Vaak denken mensen dat je er gewoon 'uit kunt stappen'. Dat is om verschillende redenen toch erg lastig.

Na jaren van reflectie kan dit boek zeggen dat ze geen slachtoffer is. Ze helpt nu andere mensen en geeft voorlichting over het onderwerp. Wil jij meer weten? Lees dan dit toegankelijke, positieve boek.

Laaggeletterde

Low literate

Bij dit boek wilde het maar niet lukken op school. Na jarenlange frustraties is ze daarom op haar 13e gaan werken. Zonder diploma's. Hoe red je je in een wereld waarin lezen en schrijven als vanzelfsprekend wordt gezien? Wat zijn de gevolgen voor de laaggeletterde en haar/zijn omgeving?

Dit boek kan je alles vertellen over de praktische en emotionele kant van laaggeletterd zijn en de mogelijkheden die er ook op latere leeftijd nog zijn om je lees- en schrijfvaardigheden te verbeteren.

Levenskunstenaar

Master in the art of living

Na een bijna fatale periode heeft het leven hem opnieuw uitgevonden. Vastgelopen in de 'normale' ratrace was er voor hem nog maar een overlevingsstrategie: luisteren naar het innerlijke kompas en het leven nemen zoals het loopt. Sindsdien loopt hij permanent op blote voeten en weet hij als autodidact mensen tot tranen toe te ontroeren met zijn pianospel. Niet omdat het moet, maar gewoon omdat hij het laat gebeuren. Meer weten over deze ongedwongen kunstenaar en zijn keuzes, ga in gesprek!

Militair *Soldier*

De marine is hem met de papelepel ingegoten en dus ging Frits direct na de middelbare school in dienst. Net na de Falklandoorlog...

Gedurende 17 jaar actieve dienst leerde hij vliegtuigen uit de lucht schieten (wat hij ook bijna écht gedaan heeft) en de verbindingen voor een vlootverband te onderhouden. Uitzendingen naar de Perzische Golf ('90-'91) en voormalig Joegoslavië (15 maanden) maken hem een ervaren veteraan.

Ook nu is hij weer actief voor de marine. Vraag hem gerust waarmee.

PTSS

Posttraumatic stress disorder

Een jeugdtrauma waar ze niet van is hersteld, zorgde er voor dat Marije de deur bijna niet meer uit kwam. Ze was uitbehandeld, maar dank zij haar assistentiehond kan ze nu weer functioneren. Het aantal paniekaanvallen is sterk afgenomen omdat de assistentiehond haar waarschuwt.

Sinds kort is ze ook lichamelijk gehandicapt en zit ze in een rolstoel, maar waar ze het meest tegenaan loopt is dat haar psychische beperking niet herkend wordt. Daarover en over andere zaken geeft ze nu voorlichting op scholen. Wil je weten hoe Marije haar leven weer op orde kreeg en houdt? Ga in gesprek!

Rolstoel *Weelchair*

Geert Jan en Irene zijn meer dan hun rolstoel en laten zich niet snel beperken. Misschien lijkt dit voor gezonde mensen een ver-van-mijn-bed-show, maar niets is minder waar. Door een ongeval of ziekte kan iedereen morgen in deze 'stoel' komen te zitten. Natuurlijk is er al veel geregeld in voorzieningen voor rolstoelgebruikers, maar het kan veel beter. Of zijn de grenzen van wat redelijk is bereikt en moeten gehandicapten niet overvragen?

Geert Jan en Irene gaan graag met je in gesprek over wat ze tegenkomen en hoe ze hun leven ervaren. Zij hebben hun beperking geaccepteerd, nu de samenleving nog.

Tibetaanse Monnik *Tibetan monk*

Als zeeman trok dit boek de hele wereld door, altijd geïnteresseerd in de wereldreligies, danste hij met de Zoeloes in Zuid Afrika en deed onder andere gebedsdiensten met Soefi's en Moslims in het Arabische deel. Hierna vestigde hij zich op het vaste land en werd manager in het bedrijfsleven. Op zijn vijfenveertigste stopte hij hiermee om zich te wijden aan het welzijn van alle levende wezens en studies van alle religieuze stromingen. Zo ontdekte hij het boeiende pad van het Tibetaanse Boeddhisme en werd monnik. Nu is dit boek beschikbaar voor gesprekken over het pad van de Dharma, het Boeddhistische pad dat gericht is op liefde en compassie voor alle levende wezens en het opheffen van al het lijden. Het boek ervaart dat sommige orthodox-religieuze mensen moeite hebben met andere stromingen. Volgens dit boek komt dit veelal door onwetendheid en hij nodigt iedereen uit via hem wat kennis op te doen.

Transgender

Transgender

Vanaf haar jeugd voelt Jacqueline dat er iets aan haar niet klopt, ze is 'anders' en dat zien mensen. Ze wordt gepest en slecht behandeld op haar werk. Als je buiten de groep staat, word je steeds eenzamer en wanhopiger.

Er is nu misschien iets meer begrip voor transgenders, maar in gesprek met Jacqueline merk je dat er nog een lange weg te gaan is.

Verward person

Psychose

Vanaf zijn 14e voelde Pieter zich niet op zijn plek. Niet alleen op school, maar ook in zijn sociale leven. Met behulp van jointjes weet hij zich enigszins op de been te houden. Tot het echt mis gaat en hij het contact met de werkelijkheid verliest. Ondertussen heeft Pieter de crisis bezworen en deelt hij zijn levensverhaal als gastdocent en ervaringsdeskundige met iedereen die er wat aan heeft.

Vluchteling

Refugee

Na 2 jaar vluchten komt Mohammed uit Noord Irak op zijn 14e alleen in het asielzoekerscentrum te zitten. Daar wacht hij 5 jaar zonder perspectief. Een slopende en eenzame tijd waarin hij kennismakt met de minder aangename kant van onze samenleving met valse beschuldigingen en discriminatie.

Pas vanaf zijn 19e begint zijn leven als 'gewoon' burger met een opleiding en werk. Lukt het om de verloren tijd in te halen?

Zelfmoord

Suicide

Niemand wordt geboren met doodswens, maar bij Maaike is het ondertussen wel een gedachte die altijd op de achtergrond aanwezig is. Deze gedachte wordt sterker in crisissituaties. Je niet veilig voelen, borderline en zelfmoord vormden in haar verleden een gevaarlijke cocktail. Dan was ze te kwetsbaar voor wat er om haar heen gebeurde, waardoor energie en levenslust in rap tempo weglekten.

Na therapie is ze in wat rustiger vaarwater terechtgekomen met minder uitschieters. Ze kan er nu over praten en ziet scherper wat er is gebeurd en hoe het zo ver heeft kunnen komen. Maar ook wat het met de omgeving doet en hoe vreemd de reacties soms zijn. Zin in een goed gesprek met deze 22 jarige, meestal vrolijke tante?