



LIVING LIBRARY

Leiden, 11-02-2023

Catalogus / Catalogue

VOORWOORD – *Introduction*

HOE LEEN IK EEN BOEK? – *How do I borrow a book?*

REGELS VOOR HET LENEN – *Rules for borrowing*

BOEKEN - *Books*

Borderline

Trans man

Kindermishandeling / *Child abuse*

Perfectiedrang / *Perfectionism*

Trans vrouw / *Trans woman*

Slachtoffer seksueel geweld / *Survivor sexual violence*

Invisible disability (EN)

BDSM

Seculiere moslima / *Secular muslim*

Syrische vluchteling / *Syrian refugee*

Chronisch ziek / *Chronic illness*

Ex-verslaafd / *Ex-addicted*



LIVING LIBRARY

Welkom bij de Living Library!

In de Living 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 Living 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 Living 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 Living Library komen mensen dichterbij elkaar.

Welcome to the Living Library!

In the Living 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 Living 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 Living 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 Living Library, people come closer together.



LIVING LIBRARY

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 Living Library balie om een boek te lenen.
Register at the Living 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 Living 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.



LIVING LIBRARY

REGELS VOOR HET LENEN

Rules for borrowing

- 1. Alleen geregistreerde lezers die de regels van de Living Library accepteren en opvolgen mogen een Boek lenen / Only registered readers who accept and comply with Living Library rules can borrow Books.**
- 2. 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.**
- 3. Boeken kunnen niet gereserveerd worden / You cannot reserve Books.**
- 4. 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.**
- 5. Er mag één boek tegelijk worden geleend / Only one Book can be borrowed at a time.**
- 6. 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).**
- 7. 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 Living 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 Living Library event.**
- 8. 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.**
- 9. Een Boek heeft het recht om een lezer te weigeren / The Books have the right to refuse a reader.**
- 10. 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.**



LIVING LIBRARY

Borderline

Sinds eind 2020 heb ik oa de diagnose Borderline. Ik was toen bijna 48. Vrij laat om de diagnose te krijgen. Maar zeker niet te laat. Het verklaarde voor mij veel dingen waar ik in mijn leven tegenaan liep. Waarom ik zo anders kan reageren dan andere mensen van mijn leeftijd. Waar, een deel, van mijn gedrag vandaan komt.

Het is een heftige diagnose waar een heel scala aan vooroordelen over bestaan. Kijk maar eens naar series of naar het nieuws. Daar worden borderliners vaak als totaal ontspoord neergezet. En als flink gestoorde en overlast gevende mensen. En dat is niet waar ik mijzelf mee identificeer. Ik kan behoorlijk functioneren in de maatschappij. Ik bezorg, voor zover ik weet, de burens geen structureel overlast. En ik ben niet verslaafd aan drugs, alcohol of gokken. En toch ben ik iemand met borderline. Ik ben ook geen borderliner, het is onderdeel van de mens die ik ben.

Trans man

Na mezelf 37 jaar gepresenteerd te hebben als de vrouwelijkste vrouw die je maar kan zijn, kwam ik eindelijk uit mijn "ei". Ik besepte transgender te zijn en de transitie naar een passend lichaam te willen starten. Door goede hulp en een portie geluk verliep dit heel vlot. Inmiddels ga ik 2,5 jaar door het leven als man.

Onbekenden zien niet aan mij dat ik transgender ben, net als bij veel andere transgender mannen. Dit heeft zo zijn voordelen maar het is ook jammer. Had ik namelijk eerder transgender mannen gezien dan had mij dat geholpen in mijn eigen (h)erkenning.

Zelf ben ik dus heel open en deel ik graag mijn verhaal. Wanneer ik dat doe krijg ik wel regelmatig te maken met vooroordelen. Vooral een bepaald soort vrouwen vinden het zorgwekkend en denken dat ik in de war ben of op zoek naar mannelijke privileges. Sommigen vinden zelfs dat ik mijn lichaam vermink.

Door gesprekken met mensen aan te gaan hoop ik de zichtbaarheid van transgender mannen te vergroten en vooroordelen te verminderen.



LIVING LIBRARY

Kindermishandeling

In bijna elk gezin is het wel eens onveilig voor een kind. Kindermishandeling gaat over een structurele vorm van onveiligheid waarbij de situatie bedreigend of gewelddadig is voor kinderen. Kindermishandeling gebeurt door ouders of andere personen van wie een kind afhankelijk is. Voor dit levende boek heeft het een grote impact gehad op haar leven. Het is een belangrijk onderwerp om over te praten, ondanks het ongemak misschien. Iedere vraag mag gesteld worden.

Perfectiedrang

Dit levende boek is dwangmatig perfectionistisch. Iets wat voor veel succes zorgde in haar leven, maar ook voor een leven met depressies. Tijdens haar tweede zwangerschap raakte een depressie haar zo hard dat ze overwoog om niet door te gaan. Ontdek hoe het is om alles helemaal perfect te doen en hoe ze hiermee heeft leren omgaan.

Trans vrouw

Dit levende boek heeft twee kinderen en werkt in de IT. Als vijfjarige wist zij al dat er iets 'mis' was met haar, maar het heeft heel wat jaren geduurd voordat ze het kon duiden, accepteren en een plaats kon geven. Uiteindelijk heeft ze per 6 juni 2016 haar voornaam en haar geslacht officieel laten aanpassen in de Basisregistratie Personen (BRP). Sinds een aantal jaren deelt zij haar verhaal op verschillende plaatsen om zo anderen, en dan niet alleen transgender personen, een hart onder de riem te steken.

Zoals zij het zelf zegt: "Wat ik als tip zou willen meegeven is vooral je hart volgen en je niet laten afremmen door de 'boze' buitenwereld. Je hebt maar één leven en dat is jouw leven en dat leven leef je nu!"



LIVING LIBRARY

Slachtoffer seksueel geweld

Ik heb lang niet over mijn trauma gesproken. Ik ben namelijk op jonge leeftijd twee keer verkracht en vervolgens in een misbruikrelatie terechtgekomen. Dat is een hele stap, dat ik dit hier nu zo zeg. Dankzij intensieve therapie en delen met ervaringsgenoten heb ik veel geleerd over wat seksueel geweld met mij heeft gedaan en hoe ik er het beste mee kan omgaan. Ik merk dat er in de samenleving veel vooroordelen bestaan over seksueel geweld, bijvoorbeeld de gedachte dat het jou nooit zou kunnen overkomen. En blijf je eigenlijk voor altijd een slachtoffer? Erover praten was uiteindelijk voor mij een enorme bevrijding. En zo ga ik graag met je in gesprek.

Invisible disability (EN)

This living book has an immune disorder, causing fatigue. She is prone to getting sick, so she has to be cautious. That is not so easy when you're actually an outgoing person! During the covid-times she has to stay inside. The fact that she is dealing with all of this is not so obvious: you can't see it from the outside. This results in different kinds of prejudices. Which ones? Find out yourself, and see how this book is finding her way in life.



LIVING LIBRARY

BDSM

BDSM staat voor Bondage, Discipline, Sadisme en Masochisme. De D, S en M kunnen echter ook staan voor Dominant(e) Submissive en Master/Mistress. Het is een seksuele voorkeur en een vorm van seksuele expressie. Met wederzijdse toestemming wordt er gebruik gemaakt van fysieke en/of mentale opgelegde beperkingen en intense zenuwprikkels. Ook wordt er gefantaseerd over machtsverhoudingen en wordt er een machtsrollenspel gespeeld.

Dit kan zich beperken tot alleen in de slaapkamer, maar ook 24/7 en alles daar tussenin. Maar hoe gaat het in het echt? Een Dominant/Meester/Meesteres vertelt je alles over deze levensstijl.

Seculiere moslima

Dit levende boek beschouwt zichzelf als een seculiere moslima. Dat betekent voor haar dat ze moslim is, maar niet zo strikt. Religie is een private zaak. Zo kijkt haar familie er ook naar. Maar wat gelooft ze precies? Waar zijn de grenzen? Ze praat hier graag over. En een vriendelijke discussie hoeft niet vermeden te worden, als je daar klaar voor bent!



LIVING LIBRARY

Syrische vluchteling

Dit boek is een Syrische vluchteling. Hij is nu 7 maanden in Nederland en woont in een AZC. Het leven is daar niet makkelijk, het AZC is niet ontworpen om langere tijd te wonen en er is weinig privacy.

Het leven in Syrië was zwaar. Er was gebrek aan een hoop voorzieningen als gas en er was zelden elektriciteit. Vaak waren er explosies en gewerschoten te horen. Het risico om opgepakt, vermoord of gekidnapt te worden hing altijd boven het hoofd van dit boek, omdat hij een politieke activist is. De omstandigheden leidden tot een depressie en dit boek probeerde twee keer zichzelf van het leven te beroven. Inmiddels gaat het beter met hem.

In Nederland werkt hij hard aan zijn Nederlands. Binnenkort begint hij aan een inclusie cursus aan de universiteit van Leiden. Dit boek heeft een bewogen verhaal. Welk hoofdstuk lees jij?

Chronisch ziek

Dit levende boek praat vaak over hoe het is om door het leven te gaan met een beperking. Ze wil graag stigma's doorbreken. Ze heeft Multiple Sclerose, een chronische aandoening aan het centrale zenuwstelsel, sinds 2017. Eigenlijk is ze Egyptologe, maar door de ziekte kan ze niet vaak reizen, wat voor deze beroepsgroep juist belangrijk is. Ze is energiebeperkt: de 'accu' begint op 40%. Om anderen te helpen heeft ze een supportgroep opgericht.

Ex-verslaafd

Hoe raakt iemand verslaafd? Dit open boek daagt je uit haar te leren kennen. Je kunt haar vragen wie zij was en wie zij is. Van wie of wat is zij afhankelijk? Wat betekent verslaving? Nieuwsgierigheid wordt op prijs gesteld!