



LIVING LIBRARY

Rotterdam IJsselmonde, 08-10-2022

Catalogus / Catalogue

VOORWOORD – *Introduction*

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

REGELS VOOR HET LENEN – *Rules for borrowing*

BOEKEN - *Books*

Kindermishandeling

Leven met een psychiatrische patient

Leven met schulden

Slachtoffer seksueel geweld

Trans vrouw

Dwangmatig

Ex-verslaafd

Scootmobiel/Rolstoel

Overgewicht

Depressie



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.*



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.

Leven met een psychiatrische patiënt

Ik was getrouwd met een man met een bipolaire stoornis en persoonlijkheidsstoornis. Ik wist dit niet toen ik met hem trouwde. Langzaam maar zeker veranderde zijn gedrag, zeker nadat er kinderen kwamen. Zijn reacties en gedrag ondermijnde mijn beoordelingsvermogen en zelfvertrouwen. Na een psychose stortte de wereld in. De hulpverleners en ikzelf stonden hulpeloos bij iemand die wel geholpen wilde worden maar er geen toestemming voor gaf. Ik zat in “het systeem”, had geen kennis van dit soort aandoeningen en kreeg weinig hulp om mezelf te scholen. Na vijf psychoses en de nasleep ben ik ervaringsdeskundige wat betreft deze patiënt. Ik wil graag een open gesprek over psychische aandoeningen om de schaamte en stigma die eromheen hangt te verkleinen.



LIVING LIBRARY

Leven met schulden

In de zomer van 2008 werd ik slachtoffer van een misdrijf. Dat had best flinke gevolgen, zoals plotseling moeten verhuizen. Ik ben daardoor in de schulden geraakt. Eind 2009 heb ik mij gemeld bij de schuldhulpverlening in mijn toenmalige woonplaats.

Inmiddels is het 2022 en zit ik in de laatste fase van de schuldhulpverlening. Op 10 april 2023 kon ik er een dikke streep onder zetten. Het is zwaar geweest de afgelopen jaren. Sinds begin 2010 moet ik leven van €60,- in de week.

In het begin was dat nog wel te doen. Maar met het gaan der jaren werd het al maar moeilijker. En met de huidige economie is het bijna onmogelijk. Gezond eten zit er bijna niet in, want vers is duur.

Ik ben vandaag Levend Boek omdat het een onderwerp is waar veel vooroordelen over bestaan. En waar veel mensen zich voor schamen. Ook ik...

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.



LIVING LIBRARY

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!"

Dwangmatig

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.

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!



LIVING LIBRARY

Scootmobiel/Rolstoel

Selahattin heeft als kind kinderpolio gehad in Turkije. De gezondheidszorg was destijds anders geregeld dan in Nederland. Toen hij naar Nederland was gekomen heeft hij een aangepaste woning gekregen en een scootmobiel. Voor die tijd kon hij zich alleen voortbewegen door op zijn handen te lopen.

Overgewicht

Dit levende boek uit IJsselmonde heeft ernstig overgewicht. Dat trekt de aandacht van veel mensen. Er wordt dan soms gelachen. Soms hoor ik ook scheldwoorden. Maar mensen kijken vooral. Dat heeft een bepaalde impact. Hoe kwam het eigenlijk zo? Het liefst wil dit levende boek het taboe over overgewicht doorbreken: "Praat met me, leer me kennen. Ik zie er anders uit, maar ik vertel je graag wie ik ben".

Depressie

Bij een depressie denken mensen vaak dat iemand altijd somber is en altijd laag in de energie zit. Dat is niet altijd zo, al kunnen mensen ook een 'masker' dragen. Andere mensen geven al snel tips, zoals positief denken of naar buiten gaan. Ze denken dat het makkelijk is op te lossen. Dit levende boek is uiteindelijk in therapie gegaan. Dat was op zich al een overwinning. Het heeft veel geholpen, maar het is geen wondermiddel. Hij krijgt nu ook medicatie. Het heeft er in ieder geval voor gezorgd dat hij nu geen last meer heeft van angstaanvallen. Hoe is het eigenlijk ontstaan? Stel nu deze en andere vragen aan dit open boek.