



HUMAN LIBRARY

Groningen, 29 November 2019

Catalogus / Catalogue

VOORWOORD – <i>Introduction</i>	2
HOE LEEN IK EEN BOEK? – <i>How do I borrow a book?</i>	3
REGELS VOOR HET LENEN – <i>Rules for borrowing</i>	4
BOEKEN - <i>Books</i>	
Aseksueel – <i>Asexual</i>	5
Autisme – <i>Autism</i>	6
BDSM – <i>BDSM</i>	7
Blind – <i>Blind</i>	8
Boeddhist – <i>Buddhist</i>	9
Dissociatieve stoornis – <i>Dissociative Disorder</i>	10
Eetstoornis – <i>Eating Disorder</i>	11
Genderfluide – <i>Genderfluid</i>	12
Gille de la Tourette – <i>Gille de la Tourette</i>	13
Hersentumor – <i>Brain Tumour</i>	14
Moeder van uit huis geplaatste kinderen – <i>Mother of children removed from home</i>	15
Pleegkind – <i>Foster Child</i>	16
Schizo polair – <i>Schizo polar</i>	17
Slechtziend – <i>Visually Impaired</i>	18
Transgender – <i>Transgender</i>	19
Vriendin van een Transvrouw – <i>Girlfriend of a Transwoman</i>	20
Zelfmoord poging – <i>Suicide Attempt</i>	21



HUMAN LIBRARY





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.**



Aseksueel

Asexual

'Heb je iets traumatisch meegemaakt?' 'Wil je dan geen relatie?' 'Het is maar een fase, je hebt gewoon de juiste persoon nog niet gevonden.' En vele andere dingen die je niet tegen een aseksueel moet zeggen.

Aseksuelen krijgen vaak allerlei opmerkingen en vragen naar hun hoofd, soms uit nieuwsgierigheid maar ook dan is het niet altijd gepast. Er is nog veel onbegrip over dit label en alles daar omheen. Hoe ga je om met deze gevoelens? Hoe ontdek je dat je 'anders' bent?

Omgaan met aseksualiteit in een wereld die vaak gericht is op seks (kijk maar eens naar de reclames en bedenk of de zin 'Seks sells' klopt) is voor iedere persoon anders, maar toch hebben zij een verbindende factor: Zij voelen geen seksuele aantrekkingskracht.

Nu kun je niet zomaar iedereen het hemd van het lijf vragen... maar, wil jij weten hoe deze aseksueel omgaat met leven en daten in de wereld? Leen haar dan nu en stel je vragen.

Beschikbare taal: Nederlands en Engels

"Have you experienced something traumatic?" "So, you don't want a relationship?" "It's just a phase, you just haven't found the right person." And many other things you shouldn't say to an asexual.

Asexuals often get all kinds of comments and questions, sometimes out of curiosity, but even then, it is not always appropriate. There is still a lot of misunderstanding about this label and everything around it. How do you deal with these feelings? How do you discover that you are "different"?

Dealing with asexuality in a world that is often focused on sex (just look at the commercials and consider whether the sentence "Sex sells" is correct) is different for every person, but they still have a connecting factor: They feel no sexual attraction.

Now you can't just ask everyone about it ... but, do you want to know how this asexually deals with life and dating in the world? Then borrow her now and ask your questions.

Available language: Dutch and English



Autisme

Autism

Ken je de film 'Rainman' met Dustin Hoffman en Tom Cruise? Hoe is het om een vorm van autisme te hebben?

Is een autist niet empathisch? Heeft een autist heel veel oog voor detail? Welke problemen ervaart een autist? Wanneer is autisme juist een kracht? Hoe beïnvloedt autisme een relatie?

Ik ben een boek dat past binnen ieder genre of juist ondefinieerbaar is. Ik ben wie ik ben, een man met persoonlijkheid en autisme.

Beschikbare taal: Nederlands en Engels

Do you know the movie 'Rainman' with Dustin Hoffman and Tom Cruise? What is it like to have a form of autism?

Is an autist not empathetic? Does an autist have a great eye for detail? What problems does an autist experience? When is autism a benefit? How does autism affect a relationship?

I am a book that fits into any genre or is indefinable. I am who I am, a man with personality and autism.

Available language: Dutch and English



BDSM

BDSM

BDSM (staat voor Bondage, Discipline, Sadisme, Masochisme; de S en M kunnen ook staan voor submissive en Master) is een seksuele voorkeur en een vorm van seksuele expressie die met wederzijdse toestemming gebruik maakt van fysiek opgelegde beperkingen, intense zenuwprikkels en het fantaseren over machtsverhoudingen en het spelen van een machtsrollenspel. Dit kan alleen in de slaapkamer, maar ook 24/7 en alles daar tussenin. Maar hoe gaat het in het echt? Een Dominant/Meester vertelt je alles over deze levensstijl.

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

BDSM (it stands for Bondage, Discipline, Sadism and Masochism; the S and M could stand for submissive and Master) is a sexual preference and a way to express sexual feelings. With mutual consent people who practice BDSM urge for physical limitations, intense nerve-sensations and do power-exchange within their relationship. This can be "just in the bedroom" or 24/7 and everything in between. So how does a BDSM-relation really look like? A Dominant/Master tells you everything you've always wanted to know about this life-style.

Available languages: Dutch and English



Blind

Blind

Ik ben Bram, 37 jaar en nu zo'n 33 jaar corticaal blind door de gevolgen van een hersentumor. Waar mijn blindheid voor veel obstakels heeft gezorgd in mijn leven, heeft het me ook gevormd en me kansen geboden die ik anders misschien wel niet had gekregen. Ik leef op de tast, maar tast niet iedereen in het duister?

Ik heb rechten gestudeerd en ben nu werkzaam als jurist bij de provincie Drenthe. Ik kan alles wat een ziend persoon ook kan en zelfs meer! 😊 Zinds kort ben ik ook een trotse tweelingvader!

Ik ga met je in gesprek en zal het je laten zien!

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

My name is Bram, I'm 37 years old and have been cortically blind for about 33 years due to a brain tumour. My blindness created many obstacles for me, but it also shaped my life, and gave me chances which I would not have gotten otherwise. I live in the dark, but isn't everybody in the dark sometimes?

I studied law and I work now as a legal consultant for the Province of Drenthe. I can do everything a sighted person also can do, and even more! 😊 Since a short while I'm also a proud father of twins!

I will have a talk with you and show you!

Available languages: Dutch and English



Boeddhist

Buddhist

Aziatisch uitziende mannen, kale koppen, dreunend en zingend in lange rijen; minimalistisch, kalm en toegewijd aan een geloofssysteem dat we niet volledig begrijpen. Het boeddhisme is een religie die niet in Nederland groot is gerepresenteerd, en daarbij komen ook vreemde beelden ervan in films en verhalen.

Niet elke boeddhist is echter dezelfde en niet iedereen heeft vergelijkbare achtergrondverhalen.

Kom en ontmoet een "inlands" boeddhist, oorspronkelijk een inwoner van onze mooie stad die jarenlang ziel zoeken is teruggekeerd om te settelen.

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

Asian looking men, shaved heads, chanting in long rows; minimalist, calm and dedicated to a belief system we don't fully understand. Buddhism is a religion that hasn't historically been largely represented in the Netherlands, and along with that come strange depictions of them in movies and stories.

However, not every buddhist is the same, and not all have similar background stories.

Come and meet a "home-grown" buddhist, originally a native to our beautiful city who after years of soul searching has returned to settle down.

Available languages: Dutch and English



Dissociatieve stoornis

Dissociative disorder

Ik ben een jonge student en ik doe veel aan sport (gewichtheffen). Ik sta vol in het leven, maar tegelijkertijd heb ik ook te maken met een stoornis. Sinds mijn 14e heb ik last van periodes waarin het voelt alsof ik in een droom leef, ook wel derealisatie/depersonalisatie genoemd. Eerst duurde deze periodes slechts 7 dagen, maar inmiddels kan dat opgelopen tot anderhalf jaar. In de periodes van derealisatie voelt het alsof er een afstand zit tussen mij en de werkelijkheid: ik voel mij verward en verdoofd. Inmiddels weet ik een beetje beter hoe dit allemaal werkt bij mij: er zijn bepaalde situaties die trauma's triggeren, waardoor mijn brein letterlijk afstand neemt van de situatie, om de lastige emoties niet te hoeven voelen.

Een dissociatieve stoornis, waar de derealisatie/depersonalisatie stoornis onder valt, is vaak een lastige stoornis om te behandelen en er zijn dan ook geen specifieke medicijnen voor. Er zijn aanwijzingen voor dat antidepressiva kan helpen met het verlichten van de symptomen, dus dat ben ik aan het uitproberen. Weinig mensen kunnen zich goed voorstellen hoe het is. Het is alsof je een tijdje je bewustzijn en het contact met de realiteit kwijt bent. Heb je vragen? Daar ben ik voor!

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

I am a young student and I do a lot of sports (weightlifting). I am full of life, but at the same time I also have a disorder. Since I was 14, I have suffered from periods in which it feels like I'm living in a dream, also known as derealization/depersonalization.

Initially, these periods only lasted 7 days, but now it can go up to a year and a half. In the periods of derealization it feels like there is a distance between me and reality: I feel confused and numb. I now know a little better how this all works for me: there are certain situations that trigger traumas, so that my brain literally distances itself from the situation, so as not to have to feel the problematic emotions.

A dissociative disorder, which includes derealization/depersonalization disorder, is often a difficult disorder to treat and therefore there are no specific drugs for it. There are indications that antidepressants can help relieve symptoms, so I'm trying it out. Few people can imagine what it is like. It is as if you have lost consciousness and contact with reality for a while. Do you have questions? That's what I'm here for!

Available languages: Dutch and English



Eetstoornis

Eating disorder

Mager, niet eten, sporten, braken, laxeren..

Is dat een eetstoornis en zit er misschien meer achter?

Het is een stoornis die veel vormen kan aannemen. Maar gaat het enkel om het uiterlijk en gewicht of speelt er meer. En waarom doet iemand met een eetstoornis zo?

Wil jij meer te weten komen over hoe het kan zijn om hiermee te worstelen en wat kan helpen in het herstellen van een eetstoornis? Spreek dan dit boek aan en ga samen in gesprek.

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

Skinny, not eating, exercising, vomiting, using laxatives..

Is that an eating disorder and is there more behind it?

It's a disorder that can take on many forms. But is it only about appearances and weight or is there more than meets the eye? And why does someone with an eating disorder do these things?

Do you want to know more about what it can be like to struggle with this and what can help during the recovery of an eating disorder? Talk to this book and let's start a conversation about it.

Available languages: Dutch and English



Genderfluïde *Genderfluid*

Steeds vaker hoor je over 'genderneutraal', en dat bepaalde mensen zich niet met één gender kunnen identificeren. Hoe zit dat eigenlijk? Waarom gebruikt de NS 'Beste reizigers' in plaats van gewoon 'Dames en Heren'? En moeten we echt neutrale wc's hebben?

Ja! Iemand die zich genderfluïde voelt, is hier namelijk erg blij mee! Genderfluïde houdt in dat je je, over het algemeen, niet als één gender identificeert. In plaats van dat je je man óf vrouw voelt, wisselt dit regelmatig. De ene dag voel je je mannelijker, de andere vrouwelijker, maar vaak ook ergens ertussenin.

Doordat de samenleving nog steeds heel binair is ingericht, -je bent man of vrouw-, zorgt dit voor aardig wat hoofdbreken: welke wc gebruik ik? Waar koop ik mijn kleding? Hoe wil ik aangesproken worden? Wat doe ik met het geslacht op mijn identiteitskaart? Hoe zit het met reacties van de omgeving? Waarom is dit belangrijk? Dit boek gaat graag met je in gesprek!

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

Gender-neutral is a term that is increasingly used in today's society, combined with an awareness of the fact that some people do not identify with only one gender. Why is this happening? Why has the Dutch public transport system started using 'Dear Travelers' instead of 'Ladies and Gentlemen'? Do we really need neutral bathrooms?

Yes! Someone who identifies as genderfluid is very happy with these changes! Being genderfluid means that, generally speaking, you don't identify as merely one gender. Depending on the day or the situation, you might feel more masculine, feminine, or something in between.

Because our society is mostly based on a binary male/female system, someone genderfluid faces quite some issues: which bathroom should I use? Where do I buy my clothing? How do I want to be addressed? What about the sex on my ID? Or the reactions of friends and family? Do all these things really matter? This book would love to discuss these questions with you!

Available languages: Dutch and English



Gille de la Tourette

Gille de la Tourette

Godverdomme! Kuthoer! Tering!

De meeste mensen zullen hieraan denken als ze de naam Gilles de la Tourette horen, maar wist je dat maar 15% van de mensen met Gilles de la Tourette dat soort vocale tics hebben? Terwijl 86% van de mensen met Gilles de la Tourette ook last hebben van klachten zoals slaapproblemen of een depressie.

Gilles de la Tourette is een complexe aandoening waar een heleboel bij komt kijken.

Wil je weten hoe het is om te leven met alle tics en tops van Gilles de la Tourette, dan ben ik het boek voor jou!

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

Goddamnit! Fucking Whore! Shit!

This is what most people will think of when they hear the name Tourettes, but did you know that only 15% of people with Tourettes have these kind of vocale tics? Meanwhile 86% of people with Tourettes also suffer with things like sleeping problems or depression.

Tourettes is a complex condition with a broad spectrum of problems.

Do you want know what it's like to live with all the tics and tops of Tourettes, I'm the right book for you!

Available languages: Dutch and English



Hersentumor

Brain tumor

Het is alweer negen jaar geleden. Ik was nog maar veertien toen mijn wereld op zijn kop werd gezet door het nieuws: er zit een gezwel in je hoofd. Dit gezwel blijkt een hersentumor te zijn. Je zorgen veranderen van klein en onbenullig naar groot en angstaanjagend. Word ik kaal? Zal ik kunnen blijven zien? Hoe oud zal ik worden? Zal ik ooit op mezelf komen te wonen? De wereld lijkt even stil te staan terwijl je in sneltreinvaart alle behandelingen ondergaat. Inmiddels gaat het goed met me en durf ik vooruit te kijken. Er lijkt een toekomst voor me te zijn. Ben je benieuwd naar mijn verhaal? Hoe het me lukt om vooruit te kijken? Ik kijk ernaar uit om met je in gesprek te gaan.'

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

It has been nine years. I was only fourteen when my world was turned upside down by the news: there's a lump in your head. It appears to be a brain tumor. Your worries change from small and insignificant to big and terrifying. Am I going to be bald? Will I be able to keep my sight? How old will I become? Will I ever get to live on my own? The world seems to be standing still for a moment while you undergo all treatments at high speed. Right now, I'm doing well and I dare to look ahead. There seems to be a future for me. Are you curious about my story? How do I manage to look ahead? I look forward to talking to you.

Available languages: Dutch and English



Moeder van uit huis geplaatste kinderen

Mother of children removed from home

Hoe zou het zijn om je kind te verliezen? Deze moeder mocht van de wettelijke instanties niet meer voor haar kinderen zorgen. In het begin was er zelfs geen contact mogelijk. Het is een moeilijk onderwerp, maar er kan vandaag over gesproken worden! Mensen hebben soms snel hun oordeel klaar staan, maar hoe is het voor deze persoon? Hoe gaat hij nu om met de situatie?

Dit boek staat open voor iedere vraag!

Beschikbare taal: Nederlands

What would it be like to lose your child? This mother was no longer allowed to take care of her children by the authorities. In the beginning, contact wasn't even possible. It is a difficult subject, but it can be talked about today. People sometimes have their judgments ready at the hand, but how has it been for this person? How does he deal with the situation now?

This book is open to every question!

Available language: Dutch



Pleegkind *Foster Child*

Ik was 12 jaar toen ik uit huis ging. Ik kon niet meer thuis wonen dus ging ik de pleegzorg in. Tussen mijn 12de en 18de heb ik verschillende pleeggezinnen gehad. Sommige mensen in mijn omgeving gingen er van uit dat ik een probleemkind zou zijn, puur en alleen omdat ik een pleegkind was.

Ben je nieuwsgierig hoe het was om in een nieuw gezin terecht te komen? Hoe het is om opeens allemaal nieuwe broers en zussen te hebben? Hoe is het om überhaupt een pleegkind te zijn? Wat zijn jouw verwachtingen als je denkt aan een pleegkind?

Ik zou het leuk vinden om samen hierover te praten en ik ben heel benieuwd naar de vragen die je hebt!

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

I was 12 years old when I left home. I could no longer live at home so I went into foster care. Between the ages of 12 and 18, I had several foster families. Some people in my area assumed that I would be a problem child, simply because I was a foster child.

Are you curious what it was like to end up in a new family? What it is like to suddenly have new siblings? What it is like to even be a foster child? What are your expectations when you think of a foster child?

I would love to talk about this together and I am very curious about the questions you have!

Available languages: Dutch and English



Schizo polair

Schizo polar

Welk hoofd heeft, wat, nodig?

Bij schizopolariteit kan chaos ontstaan, je kunt de realiteit verliezen, super onrustig worden, of juist heel traag...

Vind jij een verward iemand eng?

In de media worden we niet altijd zo fijn afgebeeld.

Bovendien is het lastig om mee te draaien in de maatschappij!

Hoe kom je er weer bovenop?

Medicijnen wel of niet?

Hoe win je sociaal meer terrein?

Veel psychiatrisch patiënten komen in isolement terecht.

Voeding en bewegen leken een ver van mijn bedshow 😊!

Bovenal vond ik structuur een vies woord.

Totdat ik er de vruchten van proefte en ik mijn eigen 'lot' leerde te veranderen!

Beschikbare taal: Nederlands

Which head needs what?

With schizopolarity, chaos can arise, you can lose track of reality, become super restless, or very slow ...

Do you find a confused person scary?

We are not always portrayed so nicely in the media.

Moreover, it is very difficult to participate in society!

How do you get on top of it all again?

Through medication or not?

How do you gain more social ground?

Many psychiatric patients end up in isolation.

Nutrition and exercise seemed like a long way from my bed show 😊!

Above all, I thought structure was a dirty word.

Until I tasted the fruits of it and I learned to change my own 'destiny'!

Available language: Dutch



Slechtziend

Visually impaired

Met onze neuzen op het scherm, stutelen wij ons door de dag heen. Een zonnebril camoufleert onze ogen, ongeacht het weer. Sommige dragen hem zelfs binnen, gewoon omdat we dat stoer vinden. Net als het meenemen van een opvallende stok: wij staan nou eenmaal graag in de belangstelling. Daarom stellen we vaak ook van die simpele/onnodige vragen.

Wil je echt weten wie zich achter deze bril en kaft bevindt? Ga dan het gesprek met me aan en ik geef je een kijkje in mijn wereld.

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

With our faces stuck to our screens we stumble through our days. Sunglasses camouflage our eyes, regardless of the weather. Some people even wear them inside, just because we find it cool. Just like carrying an interesting stick: we enjoy being in the spotlight. That's why we also ask simple/unnecessary questions. Do you really want to know what hides behind these glasses and cover? Talk to this book and let them show you a glimpse into their world.

Available languages: Dutch and English



Transgender

Transgender

Als je je een vrouw voorstelt, is ze waarschijnlijk net als een model. Maar wat als de real deal er een beetje anders uitziet? Misschien ziet ze er zelfs uit als een man? Je kunt je afvragen waarom een man zich zou kleden als een vrouw. Is hij(/zij) homo? Of is hij(/zij) volledig het spoor bijster? Al die mensen zijn raar, toch?

Misschien is ze gewoon een stabiele persoon die jarenlang zichzelf niet durfde te tonen. En nu is ze bevrijd. Ook al is het transgender zijn een veel opener onderwerp geworden om over te praten dankzij veel publiciteit, er zijn nog heel wat vooroordelen over transgenders.

Transgenders over de hele wereld worden nog steeds geconfronteerd met een moeilijkere uitdaging dan die, die tevreden zijn met hun lichaam. Als u meer wilt weten over de gedachten over, het proces van transformatie, de angsten horen en de opluchting die de persoon ervaart, kan dit een interessant boek voor jou zijn om te lezen.

Beschikbare talen: Nederlands en Engels

If you imagine a woman, she's probably like a model. But what if the real deal looks a bit different? Maybe she even looks like a man? You might wonder why a man would dress like a woman. Is he(/she) gay? Or has he(/she) lost it completely? All those people are weird, aren't they?

Well maybe she is just a stable person who was afraid to show herself for many years. And now she is liberated. Even though being transgender is becoming a much more open topic to talk about, thanks to a lot of publicity, there are still a lot of prejudices about being trans.

Transgenders across the world still face a harder challenge than those satisfied with their bodies. If you want to hear more about the thoughts about and the actual process of transformation, the fears and relief the person experiences, this might be an interesting book for you to read.

Available languages: Dutch and English



Vriendin van een transvrouw *Girlfriend of a transwoman*

Trans zijn wordt langzamerhand meer geaccepteerd in de samenleving, vooral in meer ruimdenkende landen zoals Nederland. Toch denk ik dat mensen niet volledig begrijpen wat transgenders doormaken en hun genderidentiteit niet even geldig accepteren als met cis-mensen. Het gevolg is dat veel transgenders moeite hebben met het vormen van romantische relaties en het vinden van liefde.

Maar hoe zit het in een relatie met iemand die jaren van dysforie doormaakte en moeite had om haarzelf te accepteren? Is het anders om met een transvrouw te zijn dan met een cis-meisje te zijn, en op welke manier? Hier is je kans om dit onderwerp te bespreken met iemand die al bijna een jaar met een transgirl aan het daten is en om vragen te stellen die persoonlijk kunnen zijn, maar waar je je altijd al over hebt afgevraagd. Aarzel niet om het mij te vragen.

Beschikbaar taal: Engels

Being trans is slowly becoming more accepted in society, especially in more open-minded countries like the Netherlands. Still, I think people don't fully understand what trans people go through and don't accept their gender identity as validly as they do with cis people. As a result, a lot of trans people have difficulty forming romantic relationships and finding love.

But how is being in a relationship with someone who went through years of dysphoria and difficulty accepting herself? Is being with a trans-girl different than being with a cis girl, and in what way? Here is your chance to discuss this topic with someone who has been dating a trans-girl for almost a year and to ask questions that can be personal but that you've always wondered about. Don't hesitate to ask me.

Available language: English



Zelfmoord Poging

Suicide Attempt

Zelfdoding is een beladen onderwerp.

Hoe leg je uit dat je soms geen andere uitweg meer ziet?

Dat het leven zo uitzichtloos is geworden, zo zinloos en ingewikkeld dat je alleen nog maar verlangt naar rust in je hoofd.

Er zijn 1001 verhalen achter pogingen tot zelfmoord. Je doet het echt niet zomaar. Er gaat een lange weg aan vooraf. 'De wereld is beter af zonder mij'. 'Als ik dood ben, krijgen ze wel spijt'. 'Het leven doet zo onvoorstelbaar veel pijn'.

In je eentje modderen met zulke gedachten is een fuik waar andere mensen steeds meer uit beeld verdwijnen. Achteraf is er meestal schaamte en schuld. 'Je wilt anderen niet kwetsen'. Zoals die anderen je hadden willen helpen en zich ook schuldig voelen. Maar er is niet altijd een oplossing voor alles. Soms doet het leven ongenadig pijn. Het zou goed zijn om dat te kunnen delen zonder schuld en zonder oordeel.

Beschikbare taal: bij voorkeur Nederlands, Engels een beetje.

Suicide is a charged subject.

How do you explain that you sometimes see no other way out?

That life has become so hopeless, so meaningless and complicated that you only long for peace of mind.

There are 1001 stories behind attempts at suicide. You really don't do it just like that. There is a long way to go. "The world is better off without me." "If I'm dead, they'll regret it." "Life hurts so much".

Muddling on your own with such thoughts is a trap where other people are increasingly disappearing. Afterwards there is usually shame and guilt. "You don't want to hurt others." The way others wanted to help you and feel guilty. But there is not always a solution for everything. Sometimes life hurts mercilessly. It would be good to be able to share that without guilt and without judgment.

Available language: preferably Dutch, English a little.