



LIVING LIBRARY



Delft, 30 maart 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*

Transgender M/V– *Transgender M/F*

Doof – *Deaf*

Vrouw met autisme – *Woman with Autism*

Dierenrechtenactivist – *Animal rights activist*

Non-binair – *Non-binary*

Tweeling met jeugdtrauma– *Twins with childhood trauma*

Verlegen en onzeker – *Shy and insecure*

Persoonlijkheidsstoornis – *personality disorder*



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

Transgender M/V *Transgender M/F*

Uiteraard valt er veel te vertellen over mijn proces richting de geslachtsaanpassing. Misschien vind je het belangrijker om met mij in gesprek te gaan over hetgeen ik ervan heb mogen leren. Dat is ook wat ik nu op verschillende manieren doe. Zo geef ik lezingen, voorlichting op scholen en ben ik een 'levend boek'. Ik heb twee boeken geschreven over mijn proces, ervaringen en over hoe om te gaan met vooroordelen of meningen van een ander. Ik wil dat jij stappen durft te zetten om te (gaan) doen wat echt bij jou past. Maar het gesprek kan ook een hele andere verrassende kant opgaan. Ben je ook zo nieuwsgierig? Ik zie je graag aan mijn tafel.

Of course there is a lot to tell about my process towards gendertransformation. You may find it more important to talk to me about what I have learned from it. That is also what I do now in different ways. For example, I give lectures, provide information at schools and I am a 'living book'. I have written two books about my process, experiences and how to deal with preconceptions or opinions of others. I want to dare dare to take steps to do what really suits you. But the conversation can also take a completely different and surprising direction. Are you also curious? I'd love to see you at my table.



LIVING LIBRARY

Doof *Deaf*

Hallo daar! Mijn naam is Max en ik ben doof geboren. Functioneren in de voornamelijk horende wereld, is voor mij vaak hard werken. Door middel van liplezen, soms gebarentaal als iemand dat kan en duidelijk praten kan ik communiceren met andere mensen. Maar doofheid heeft nog zoveel meer gevolgen, zowel fijne, als minder fijne. Veel horende mensen zijn niet bekend met doofheid, graag neem ik je mee in mijn verhaal en vertel ik jou de kant van mijn leven met doofheid.

Hi there! My name is Max and I was born deaf. Functioning in the mainly hearing world is often really hard for me. Through lip reading, sometimes sign language if someone is able to or speaking clearly I can communicate with other people. But deafness has so many more consequences, both pleasant and less pleasant. Many hearing people are not familiar with deafness, I would like to take you into my story and tell you the side of my life with deafness.



Vrouw met autisme

Woman with autism

Autisme bij vrouwen wordt vaak laat herkend.

Ik heb lang geprobeerd me aan te passen aan situaties, pas toen bleek dat mijn zoon autisme heeft werd ook bij mij de diagnose gesteld.

Moeder zijn met autisme is soms lastig, ik ga graag met je in gesprek over hoe het is om als vrouw autisme te hebben.

Autism in women is often recognized late.

I tried to adapt to situations for a long time, only when it turned out that my son has autism I was also diagnosed. Being a mother with autism is sometimes difficult, I'd love to talk to you about what it's like to have autism as a woman.



Dierenrechtenactivist

Animal rights activist

Werkloze, bleke, ongewassen veganisten in zwarte kleding en op kisten, vergezeld door een stoffige hond. Dat is het beeld dat veel mensen van dierenrechtenactivisten hebben. Klopt dit stereotype, of is het een karikatuur? Lees in dit boek waarom de strijd gaat om dierenrechten en niet om dierenwelzijn. Leer dat je dierenrechtenactivisten overal tegenkomt, van scholier tot hoogleraar, van anarchist tot tweede kamerlid en van beroepsdemonstrant tot de directeur van een multinational. Steeds meer mensen vinden dat het toekennen van rechten niet hoeft te stoppen op de grens van onze soort. Hoe kijk jij aan tegen de dierenrechtenkwestie?

Unemployed, pale, unwashed vegans in black clothes and on crates, accompanied by a dusty dog. That is the image that many people have of animal rights activists. Is this stereotype correct, or is it a caricature? Read in this book why the battle is about animal rights and not about animal welfare. Learn that you will encounter animal rights activists everywhere, from schoolchild to professor, from anarchist to member of parliament and from professional protester to the director of a multinational. More and more people believe that the granting of rights does not have to stop at the border of our species. How do you view the animal rights issue?



LIVING LIBRARY

Non-binair

Non-binair

Ik pas niet in het hokje man of vrouw, ik ben mezelf.

En identificeer me als non binair.

Hierdoor heb ik te maken gehad met generalisatie, discriminatie en pesten.

Ik ga graag in gesprek over hoe non binair zijn in het dagelijks leven in mijn jeugd, het nu en in de toekomst een plek heeft.

I don't fit into the box male or female, I am myself.

And identify as non-binary. Because of this I have had to deal with generalisation, discrimination and bullying. I like to talk about how being non-binary has a place in everyday life in my youth, now and in the future.



Tweeling met jeugdtrauma *Twins with childhood trauma*

We zijn een eeneiige tweeling en opgegroeid met een drugsverslaafde moeder. Zelf zijn we ook verslaafd geboren en hebben als baby dus al moeten afkicken. In onze jeugd hebben we veel onveilige situaties gekend waar we in het dagelijks leven nog steeds mee geconfronteerd worden. Onze vader wist weinig van wat zich afspeelde zodra hij de deur uit was. Dat kon onze moeder goed verbergen met mooie verhalen en haar talent in manipuleren. Toen we 9 waren zijn onze ouders gescheiden. Onze moeder belande in de gevangenis en wij groeide verder op bij onze vader en later nog met zijn nieuwe vrouw en haar kinderen. Bij onze vader hebben we juist onvoorwaardelijke liefde gevoeld. Hij vertelde ons regelmatig dat we de allerbelangrijkste zijn. De combinatie van eenerzijds verwaarlozing en onveiligheid en anderzijds liefde en plezier voelt alsof we altijd in twee werelden leven. Die contrasten en het feit dat de gebeurtenissen van vroeger als Complexe PTSS in het hier en nu nog steeds bestaan maakt dat het leven soms heel verwarrend kan zijn. Alsof we nergens echt thuis horen. Het voelt heel sterk en bijzonder om als eeneiige tweeling elkaar te hebben. We hebben op een paar persoonlijke gebeurtenissen na alles samen meegemaakt maar toch gaan we beiden heel anders met onze jeugd om. Zo wilde Hellena onze moeder nog opzoeken in de gevangenis en Nico niet. En heeft Nico een hoop therapie gevolgd bij ggz instellingen en slikt ze medicatie. Hellena heeft dan weer een spirituelere richting gekozen. Soms komen we elkaar hierin weer tegen en een ander keer raken we elkaar erin kwijt. We communiceren hier heel veel over met elkaar.

We are identical twins and grew up with a drug addicted mother. We were also born addicted ourselves and therefore had to rehabilitate as babies. In our youth we have known many unsafe situations that we still face in daily life. Our father knew little of what was going on at home once he left the house. Our mother could hide that well with beautiful stories and her talent in manipulate. When we were 9 our parents divorced. Our mother ended up in prison and we grew up with our father and later with his new wife and her children. We felt unconditional love with our father. He regularly told us that we are the most important thing. The combination of neglect and insecurity on one hand and love and fun on the other hand feels like we always live in two worlds. Those contrasts and the fact that the events of the past such as Complex PTSD still exist here and now mean that life can sometimes be very confusing. Like we don't really belong anywhere. It feels very strong and special to have each other as identical twins. We've been through everything together except for a few personal events, but we both deal with our childhood very differently. For example, Hellena wanted to visit our mother in prison and Nico did not. And Nico has followed a lot of therapy at mental health institutions and she takes medication. Hellena has chosen a more spiritual direction. Sometimes we meet again in this and other times we lose each other in it. We communicate a lot about this with each other.



Verlegen en onzeker *Shy and insecure*

Mijn hele leven ben ik verlegen en onzeker geweest.

Ik ben opgegroeid in Belgisch Congo en Franstalig opgevoed, ik woon in Zuid-Holland als buitenstaander en mensen hebben hier nog altijd vooroordelen over. Mijn ouders waren streng in mijn opvoeding, dat kwam door hun eigen autoritaire ouders de strenge katholieke kerk en de twee oorlogen die ze meemaakten.

Mijn vader is overleden aan alcoholmisbruik toen ik 9 jaar oud was.

Door mijn opvoeding en levenservaringen was ik een verlegen en onzeker kind en ben dat bijna mijn hele leven gebleven. De maatschappij verwachtte van mij als jongen en man 'stoer' te zijn, maar ik kon daar nooit aan voldoen.

Ik ben nog steeds gevoelig en kost het mij moed om mezelf te zijn, maar dat gaat me nu beter af. Ik ben dol op de natuur, schilderen en tekenen en sta positief in het leven. Ik ga graag met je in gesprek over mijn verlegen en onzekere leven en hoe ik dit heb kunnen veranderen.

All my life I have been shy and insecure.

I grew up in Belgian Congo and was raised French, I live in South Holland as an outsider and people still have preconceptions about this. My parents were strict in my upbringing, because of their own authoritarian parents, the strict Catholic Church and the two wars they experienced. My father passed away from alcohol abuse when I was 9 years old. Due to my upbringing and life experiences, I was a shy and insecure child and have remained so for most of my life. Society expected me to be 'tough' as a boy and man, but I could never live up to that. I am still sensitive and it takes courage to be myself, but I can do that better now. I love nature, painting and drawing and have a positive outlook on life. I would like to talk to you about my shy and uncertain life and how I was able to change this.



Persoonlijkheidsstoornis

Personality disorder

Huilend op de fiets na een werkdag, depressie, woede-uitbarstingen, de signalen waren er maar de juiste diagnose niet. Na vele jaren van moeilijke periodes kwam ik in een GGZ-traject terecht en vielen de dingen langzaam op hun plaats. Ik stopte met mijn baan in de ICT en begon aan een re-integratietraject.

Inmiddels herken ik signalen en kan ik er naar handelen.

Soms denken mensen 'Zet je schouders eronder en weer door' maar zo simpel is het niet.

Wil je weten hoe ik er nu mee omga? Lees mij!

Crying on the bike after depression, anger outbursts, the signals were there but not the correct diagnosis. After many years of difficult periods I ended up in a mental health care program and things slowly fell into place.

I quit my job in IT and started a reintegration process. In the meantime, I recognize similarities and can act on them.

Sometimes people think 'just keep going' but it is not that simple.

Do you want to know how I deal with it now? Read me!



LIVING LIBRARY