

Skrivnosti medvrstniške podpore



Zaprla se je Dobra poteza!

Poročilo raziskave o potrebah LGBT 50+ oseb



Prelistajte našo prvo številko!

ŠTEVILKA 01

Vprašanja brak_cev

1. Kako pogosto organizirate ace srečanja?

Srečanja izvajamo v sodelovanju s Kvartirjem, tako da je pogostost dogodkov odvisna tudi od njih in njihovih kapacitet, načeloma pa se zgodijo enkrat mesečno.

2. Kaj moram narediti, če sem zaljubljen_a v svojo_ega bi prijateljico_a?

Kar se tiče ljubezni, ni pravilnega ali napačnega načina. Ne bodi tako strog_a sam_a do sebe s tem, kaj moraš narediti. Namesto tega poskusi razmisliti o tem, kaj bi rad_a storil_a in kaj bi bilo po tvojem mnenju dobro storiti v določeni situaciji. Ker gre za tvojeja_o prijatelja_ico_ga_jo ti najbolj poznaš. Poskusi se vprašati: ali želiš, da bi oseba vedela, da si zaljubljen_a vanjo? Kako misliš, da bi se odzvala na tvojo izpoved? Če je odziv pozitiven, se lahko odločiš, da narediš prvi korak. Vzemsi si čas, pretehtaj možnosti in naredi to, če/ko si pripravljen_a. In kar je še pomembno - do nje_ga se obnašaj tako, kot bi se obašl_a do svojih heteroseksualnih/homoseksualnih simpatij. :)

3. Želim se priključiti DIHu - ali lahko to storim?

Lahko! Postaneš lahko član_ica ali prostovoljka_ec. Za slednje se obrni na nas (po e-pošti ali osebno) in s tabo bomo podpisali pogodbo o prostovoljstvu. Opraviti boš moral_a tudi kratko usposabljanje. Če želiš postati član_ica, lahko plačaš 20€. To lahko storiš tudi, ko se udeležiš enega od naših taborov: ob plačilu kotizacije lahko označiš, da želiš postati še član_ica, in ne bomo ti zaračunali ničesar dodatnega.

Imaš vprašanje za nas? Piši nam na info@dih.si ali na družabna omrežja, zraven pa priloži, da želiš svoje vprašanje anonimno objavljeno v naslednji številki.

Skrivnosti medvrstniške podpore

Začelo se je z uporom

Med tem, ko so v sedemdesetih letih prejšnjega stoletja zvoki disko glasbe odzvanjali po ulicah na katerih so potekale prve parade ponosa na novo opolnomočene kvir skupnosti se je dogajala revolucija tudi na področju mentalnega zdravja.

Po množičnem odpuščanju bolnikov iz mentalnih ustanov v šestdesetih, je javnost postopoma postala bolj strpna do oseb z mentalnimi težavami. Psihatrične so začele poudarjati moč izvenbolnišnične oskrbe in integracije bivših pacientov v lokalne skupnosti. Na tak način so te osebe dobile vzpodbudo, da prevzamejo bolj aktivno vlogo v svojem življenju. Prvič so se lahko povezale izven institucij in dobile svobodo, da začnejo pogovor o strahotah, ki so se jim zgodile v imenu medicine. Počasi so se spontano ustvarile skupine oseb s podobnimi izkušnjami, na katerih so lahko v varnem okolju delile svoje zgodbe, ter druga drugi ponudile razumevanje in sočutje, ki so ga rabile, da začnejo zdraviti svoje rane. Ob pozitivnem uspehu takih skupin so se začela prva organizirana podpora srečanja s strani nevladnih organizacij. Kmalu je na sceni nastal pomemben koncept za revolucijo mentalnega zdravja - koncept medvrstniške podpore.

Na medvrstniških srečanjih osebe niso bile več obravnavane kot pacientke in so zato lažje razumele svojo vlogo ne samo v socialnem, temveč tudi političnem kontekstu.

Nehale so se opravičevati za svoj obstoj, ki je bil označen kot abnormalen in skupaj naredile velik korak naprej v imenu zdravljenja mentalnih bolezni.

Medvrstniška podpora je nastala kot rezistenca izključenosti pacientov iz svojega procesa zdravljenja, prikriivanja informacij, pokroviteljstva in splošnega razčlovečenja oseb v mentalnih ustanovah. Ta nova vrsta terapije je nastala iz strani bolnikov samih in je zato prinesla pomembne reforme na področju razumevanja zdravljenja. Odrivala je potrebo po imenovanju drugačnosti in obračala dolžnost zdravljenja na družbo, ki mora spoznati, da obsojanje vsakega odstopa od norme ni dopustno.

Danes se medvrstniška podpora ne navezuje več samo na mentalne bolezni, temveč tudi na podporo med osebami s podobno življenjsko izkušnjo. Osebe, ki imajo od medvrstniške podpore največ koristi so večinoma tiste, katerih izkušnja se povezuje v določeni marginalizirani identiteti. Kvir osebe se lahko tako med sabo dobro podpremo in opolnomočimo, še posebno tisti, ki si med sabo delimo podobno izkušnjo spola ali spolne usmerjenosti.

Kvir medvrstniška podpora

Veliko od nas nas je odraslo z občutkom, da smo čudni ali drugačni. To ni presenetljivo, če pomislimo na to kako med odrasčanjem nikoli nismo videli nam podobnih oseb obstajati, kaj šele obstajati srečno. Živeti v kulturi, ki nas potiska ob stran in bolj kot karkoli drugega ceni podrejenost družbenim normam je na nas pustilo globok odtis osamljenosti. In prav zaradi tega pomanjkanja povezanosti s sebi enakimi lahko medvrstniška podpora k vsakemu od nas nekaj doprinese.

-Lan Aidan

Celoten članek je na voljo na spletni strani Društva DIH.

A one-of-a-kind farewell



Playing Ticket To Ride Europe in Dobra poteza.

foto:Asija Guseva

We are sad to report the closure of Dobra Poteza, a place for all of us.

Dobra Poteza was a board game café where you and your friends could hang out and have a drink whilst cruising through Europe in a miniature train or joyously throw cards at each other. The ambience was homey and relaxed, the air filled with friendly chatter and occasional outbursts in the fever of playing.

"Would you like another drink?" – "Sure, just let me bribe that sheriff first."

A place to try out new games for little money, a place to meet up, a place to go and have fun without stressing about social pressure.

It was the first and only one of its kind in Slovenia, located quite central in Ljubljana, with a large interior and an even larger selection of teas and beers.

Still, on Saturday, the 29th of January, Dobra Poteza's doors were open for one last day. The days before had been incredibly crowded, getting a table without reservations was hard.

This social media statement by Dobra Poteza, published five days earlier, gives some insight on why that closure still had to happen:

"We feel very bad about that, but given the current situation, which for most of us is not very easy, there was no other solution."

In the fight against the pandemic, the dice were cast and Dobra Poteza made its final move by announcing its closure.

Not only had they been shut down for a long period due to covid and thus lost a lot of income, after the lockdowns, people were also hesitant to return. The danger of infection additionally made it hard for everybody to mingle and get to know others,

In the fight against the pandemic,

the dice were cast and Dobra Poteza

made its final move by announcing

its closure.

killing some of the fun you used to have before. It's actually admirable how long it lasted, looking at the circumstances!

Board games are part of queer culture in Ljubljana. They offer us a space to escape reality for a little while and to determine ourselves who we want to be. Playing board games can ease the difficulty of interacting with other people, since you have something to focus on besides the conversation. Gameplay can be a safe space for queer people, especially the ones of us who are struggling with mental health – and we occupy that space even more by creating our own queer alternations of games.

So, with Dobra Poteza closing, a highly appreciated place that gave space to everyone to socialize – also to the ones who have difficulties socializing, is gone.

We want to wish all its staff members only the best and thank them for the great times we have had there!

-Asija Guseva and Lee Mülders

ART KOTIČEK

I wanted to be ordinary for you and soak up the spring suns in the city wear a dress on a windy day have coffee with conversations about my career growth and ladies who could pull off onesies. I would have been ok with eating burgers in overpriced restaurants if that meant the warm winter restaurant light would forever reflect the pale warmth of your skin.

None of these things made sense. I could have swum in them forever.

-Vetra Signi

Kako naj ti povem kdo sem, Če še sam nvm?

Kako naj se sprejemam

Če se ne vidim nikjer?

Sem punca?

Sem fant?

Kaj sem in kaj bom?

Nvm kaj in kako?

Nvm kje in zakaj?

ostra bolečina

Ker ne vem

Ker ne pripadam

A pol sploh spadam?

-anonimen_a avtor_ica

MAREC

1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

V mesecu marcu:

1.3. Dan brez diskriminacije

3.3. - 13.3. Mednarodni feministični in kvirovski festival Rdeče Zore

8. 3. Mednarodni dan žensk

11. 3. 2009 ustanovitev Društva Parade ponosa

15. in 16. 3. 2014 prvi Balkanski mednarodni simpoziji: Transpozij_ um v Zagrebu

16. 3. 2001 organizirani protestni shod proti razizmu in homofobiji v Beogradu

22. 3. 2003 Umor Merlinke, prve javne trans osebe v Srbiji

27. 3. 2003 Ustanovna skupščina Društva DIH

31. 3. Mednarodni dan vidnosti transspolnih oseb

Že načrtovani dogodki na Društvu DIH:

9. 3. All For Rainbow spletno druženje

23. 3. All For Rainbow spletno druženje

24. 3. Cajanka s Salome

Dogodke bomo objavljali na naših družabnih omrežjih, tako da nas spremljaj tam! FB: Društvo DIH IG: @društvodih

Mednarodni dan vidnosti transspolnih oseb

Zadnji dan marca vsako leto praznujemo Mednarodni dan vidnosti transpolnih oseb, imenovan tudi TDoV (International Transgender Day of Visibility). Namenjen je proslavljanju obstoja in dosežkov transpolnih oseb, praznujemo pa ga trans osebe, trans skupnost in naše_i zavaznice_ki. Številni dogodki, ki jih različne organizacije pripravijo za obeležitev tega pomembnega dneva so namenjeni tudi ozaveščanju o življenjih trans in spolno nenormativnih oseb, ki se zaradi nesprejemanja še vedno srečujejo z ovirami, nevidnimi za druge. TDoV je praznik, ki nagovarja še kako prisotno in raznoliko skupnost transpolnih oseb in zahteva njihove pravice, vidnost, opolnomočenje, prav tako pa spodbuja vse posameznice_ke, da razširijo svoje znanje o skupnosti in ji pokažejo podporo. Odličen vir informacij je spletna stran Zavoda Transfeministične Iniciative TransAkcija (transakcija.si), ki je prva in zaenkrat edina trans specifična organizacija v Sloveniji.

Kako boš pa ti letos prispeval_a k dobrobiti transpolnih oseb?

Več prostorov in aktivnosti za osebe LGBT 50+

Pri Društvu DIH smo leta 2020 začele_i pozornost usmerjati tudi k potrebam, željam in izzivom LGBT-oseb, ki so starejše od 50 let. Izhajale_i smo iz spoznanj in izkušenj, od katerih so se od leta 2014 dokopale_i pri Društvu Legebitra in se strinjale_i, da pri nas premo vemo o resničnih problemih, s katerimi se soočajo LGBT-starejši. Sestavile_i smo anonimno spletno anketo, na katero je kliknilo 495 oseb, v celoti izpolnilo 122, delno pa 41 oseb. Starostno mejo smo začrtale_i pri 45-ih letih, mlajšim pa smo zastavile_i eno odprto vprašanje.

Nekaj demografskih podatkov: 24 % respondentk_ov se je samoopredelilo kot ženske, 67 % kot moški, 4 % kot transpolne osebe, 1 % kot spolno nebinarne osebe. 2 % oseb, ki je podalo informacijo o spolni identiteti, je izbralo odgovor »druga spolna identiteta«. 2 % sodelujočih na vprašanje ni želelo odgovoriti. 59 % respondentk_ov se je samoopredelilo za geje, 17 % je bilo lezbijki, 9 % biseksualnih oseb, 4 % queer oseb, 2 % aseksualnih oseb in 1% panseksualnih oseb. 4 % respondentk_ov je izbralo odgovor »drugoc«, 4 % jih je odgovor zavrnilo. 66 % oseb, ki je na vprašanje odgovorilo, je bilo iz velikega mesta (npr. Ljubljana, Maribor), 9 % iz večjega mesta (npr. Kranj, Celje), 7 % iz manjšega mesta (npr. Kamnik, Jesenice), 5 % iz majhnega mesta (npr. Brežice, Mengeš) in 8 % z vasi (manj kot 3000 prebivalcev). 4 % respondentk_ov je odgovor zavrnilo.

V anonimni spletni anketi smo postavile_i 12 vsebinskih vprašanj, ki smo jih razdelile_i v štiri tematske sklope (splošna družbena raven, osebna intimna raven, raven LGBT-skupnosti in sistemska državna raven). Spodaj predstavljamo nekaj rezultatov drugega tematskega sklopa.

Vprašale_i smo s katero od težav in izzivov ste se soočili? 28 % jih je že imelo zdravstvene težave, 27 % je navedlo pomanjkanje prostorov za druženje oseb LGBT 50+. 26 % respondentk_ov je povedalo, da se je že soočilo z osamljenostjo in s socialno izolacijo, enak odstotek jih je navedel prepuščenost samim sebi. S homofobijo in transfobijo v družbi se je soočilo 25 % respondentk_ov, 20 % jih je med težavami navedlo starizem in stigmatizacijo starih in starejših v družbi, enak odstotek pomanjkanje aktivnosti za osebe LGBT 50+. Prekramno zaposlitev je navedlo 19 % respondentk_ov, starizem in stigmatizacijo starosti in starejših v skupnosti LGBT 18 % respondentk_ov. Ekonomsko in socialno stisko 17 %, enak odstotek je izpostavilo stanovanjski problem.

Vprašale_i smo: kako ste se soočili z navedenimi težavami,

problemi in izzivi? 58 % respondentk_ov je povedalo, da so se s težavami spopadale_i same_i, 45 % se jih je obrnilo na partnerstvo in lastno družino. 44 % je težave reševalo v ožjem krogu prijateljic_ev, 13 % ob pomoči LGBT-skupnosti, 9 % pa ob pomoči staršev in sorodnikov.

Zanimalo nas je tudi, ali pri nas potrebujemo programe, projekte in aktivnosti, ki bi bili posebej namenjeni osebam LGBT 50+. 79 % respondentk_ov je odgovorilo, da tovrstne projekte potrebujemo, 7 %, da jih ne. 14 % jih na vprašanje ni želelo odgovoriti, 1 % respondentk_ov pa je odgovoril z »ne vem«.

Preverile_i smo še, katerih aktivnosti bi se tudi sami udeležili. Anketiranke_ci so lahko izbrale_i več odgovorov. 50 % respondentk_ov bi jih obiskalo lokal za osebe LGBT 50+, 44 % bi jih prišlo na družabno ali zabavno aktivnost za LGBT-starejše, 43 % respondentk_ov bi se družilo na kulturnih večerih. 38 % bi jih prišlo na pogovorni večer, 33 % bi jih obiskovalo splošne izobraževalne aktivnosti, npr. jezikovni tečaj ali plesni tečaj, enak odstotek pa bi starost preživljalo v specializiranem domu za LGBT-starejše. 30 % vprašanih bi prišlo na tematsko zabavo za LGBT 50+.

Obsežnejša predstavitev rezultatov raziskave bo v kratkem na voljo reviji Socialno delo, dotle pa toplo vabljenje_i na vse aktivnosti in dogodke, ki jih pri Društvu DIH pripravljamo za osebe LGBT 50+.

-Ekipa programa Srebrna Mavrica

Srebrna mavrica je podporni program za osebe LGBT 50+.

ki ga podpira Mestna občina Ljubljana.

Izsek iz All For Rainbow Podcasta

EP#11, Aromantičnost

M: Kaj za tebe pomeni aromantičnost?

T: Jaz bi to opisala, zase osebno, kot pomanjkanje zanimanja za romantična razmerja. Torej to, kar si jaz iz opazovanja drugih ljudi predstavljam kot romantična razmerja, mene pač res ne zanima oziroma niti si ne želim romantične pozornosti od nekoga.

M: Kako si ugotovila, da si aromantična oseba?

T: S to besedo sem o sebi začela razmišljat par let nazaj, ampak definitivno ko pač pogledam za nazaj, spet ne vem zares kako se večina ljudi o tem počuti, ampak jaz se nisem počutila, da rabim bit v razmerju z nekom. Sem imela specifične osebe, ki so mi bile všeč na tak ali drugačen način, ampak nikoli pa nisem zares rabla neke take ekskluzivne povezave z nekom. Potem ko sem bila v prvem bolj resnem razmerju, sem pa ugotovila, da to kar jaz hočem od razmerja ni zelo kompatibilno s tem, kaj si drugi želijo. In sem si potem rekla joj, to je očitno nekaj o čemer je pametno vnaprej povedati ljudem, da če bi bili s tabo v razmerju, bo drugače kot je pač nek družbeno sprejet način kako so ljudje v razmerjih. Tako da, zaradi tega sem dejansko začela to besedo uporabljat zase, ampak povedala sem par ljudem, ki jih poznam, ker smo se pogovarjali med sabo.

M: Kako pliva to na tvoje življenje in razmerja z drugimi ljudmi?

T: Definitivno sem imela obdobje v življenju, ko sem se počutila, da to, da si ne želim romantičnega razmerja, da je to nekaj kar bi moralo bit drugače, da bom pač spoznala pravo punco in potem bo vse drugače in bom si nenadoma želela vse te stvari, ampak ne zato, ker bi mi nekdo direktno to rekel, ampak vseeno je pač tak pasiven pritisk od povsod in potem ne moreš ne tega ponotrnanj. Tak da, malo sem bila včasih preokupirana s to mislijo, joj, mogoče mi vseeno manjka ta stvar v življenju, pa tega ne vem.

M: Poznaš mogoče besedo amatonormativnost? Jaz sem spet prebrala, da je to ideja, ki predpostavlja da vsi ljudje težijo k »the one lover« torej k iskanju k eni osebi, ki jo bodo spoznali, se s to mogoče poročili, imeli otroke in da je to zveza monogamna, izključujoča in da daje malo na stran vsa druga razmerja, prijateljstvo recimo in se vidi dostikrat v filmih ali reklamah in pogovorih.

T: Ja meni je prav ta ekskluzivnost, da nekoga postavljáš nad ostala tvoja razmerja, tisto kar mene najbolj odbija in da tebi neka druga oseba postane najpomembnejša oseba na svetu, ki jo boš vedno postavil pred vse ostale ljudi, da ta druga oseba tebe postavlja pred druge ljudi, to me zelo utesnjuje. Jaz si želim imeti partnerko, ampak ne v smislu, da bom potem pa katera koli druga razmerja zmanjšala, ne želim si tega. Tudi razmerja sama s sabo, potrebujem veliko časa sama s sabo in če preživim preveč časa z drugimi ljudmi je to lahko zelo naporno zame in to je nekaj kar bom vedno rabla. Težko bi mi bilo živeti cel čas z neko drugo osebo. Še vedno pa si želim imet nekoga, na kogar bi se lahko na malo drugačen način zanesla kot na druge ljudi. Zame osebno se mi ne zdijo partnerstvo avtomatično romantično. Velikokrat ljudje govorijo o zakonih, da ljudje so pač romantično zaljubljeni potem pa, ko so toliko časa skupaj, pa ne več in kako je to ful grozna stvar, ampak to je točno to kar jaz hočem. Jaz hočem preskočit ves prvi del.

Do celotne epizode lahko dostopaš na Youtube kanalu All For Rainbow.

MEDIJSKI KOTIČEK

Kvir glasba meseca

Garbage - Queer

Kerosin95 - Futter

Troy Sivan - Angel Baby

The Miracles - Ain't Nobody Straight in LA

KLT by WHITEMAN feat. GF - Capitalistic Position

Naš kvir seznam predvajanja najdete na Spotifyju pod nazivom [mavrična zastava] Povsod smo. Nanj vsak ponedeljek in soboto dodamo novo kvir pesem, ob izidu vsake nove številke časopisa pa jih dodamo 5. Na seznamu boste lahko našle_i kvir glasbo v različnih žanrih, glasbo s prejšnjega stoletja in trenutnih hitov, tako v angleščini kot v drugih jezikih.

Kvir knjige meseca

Emer O'Toole

Girls will be Girls: Dressing Up, Playing Parts and Daring to Act Differently

Si se kdaj vprašal_a kako se naučimo obnašati se kot dekle ali fant? S humorjem in literarnim šarmom Emer O'Toole prikaže kako veliko vlogo spolni stereotipi še vedno zavzemajo v naši družbi, kako se jim nezavedno podreamo in na kakšen način se jim lahko upremo.

Srca v Igrih: Izbor leposlovnih del mladih slovenskih avtoric_jev LGBTQ+

Lanskega leta je izšla zbirka leposlovnih del slovenskih mladih kvir ustvarjalcev, katere izbor je pripravil Tom Veber. To revolucionarno delo je definitivno vredno branja in ga toplo priporočamo. Izšlo je pri MKC Maribor, na voljo je za nakup na spletni strani založbe Primus.

Kvir film meseca

Portret mladenke v ognju (fra. Portrait de la jeune fille en feu) je francoski zgodovinska romantična drama, ki prikazuje intimnost med dvema ljubimkama z vso nežnostjo, ki si ga zasluži.

Kvir serija meseca

Disclosure je dokumentarec, ki raziskuje reprezentacijo trans oseb v filmih skozi zgodovino ter kako diskriminacija in stigma vplivata na to reprezentacijo. Vse osebe, ki govorijo v dokumentarcu so trans.

-Lan Aidan

OSNOVNI KOTIČEK

Kvir je izraz s katerim nazivamo LGBTQIA+ osebe ali našo skupnost. Je identiteta, ki jo lahko prevzame vsaka LGBTQIA+ oseba.

Ace (Aseksualnost) je spolna usmerjenost. Aseksualne osebe ne doživljajo nizko ali visoko odsotnost spolne privlačnosti do drugih, ter odsotnost želje po spolnih odnosih.

Trans (Transspolnost) je spolna identiteta. Izraz pokriva trans moške, trans ženske, ter nebinarne osebe oz. vse osebe katerih spol se razlikuje od tistega, ki jim je bil pripisan ob rojstvu.

Bi (Biseksualnost) je spolna usmerjenost. Biseksualne osebe lahko občutijo privlačnost do več kot enega spola oz. do oseb kateregakoli spola.

Starizem (ang. ageism) je diskriminacija na podlagi starosti.

Aro (Aromantičnost) je romantična usmerjenost. Aromantične osebe doživljajo odsotnost romantične privlačnosti, zanimanja za romantične zveze in/ali romantične pozornosti od drugih.

Časopis je nastal v okviru projekta Povsod smo - s prostovoljstvom do večjega dosega LGBTQIA+ mladih.

Projekt je podprl MOVIT, Zavod za razvoj mobilnosti mladih.

Urednici_ka (na naslovnici): Lan Aidan Remec, Tjaša Rupar

Grafično oblikovanje: Asija Guseva, Ela Kranjc

Založnik: Društvo DIH

Kvir papir, prva številka. tisk: BIROGRAFIKA BORI d.o.o. Naklada: 50.

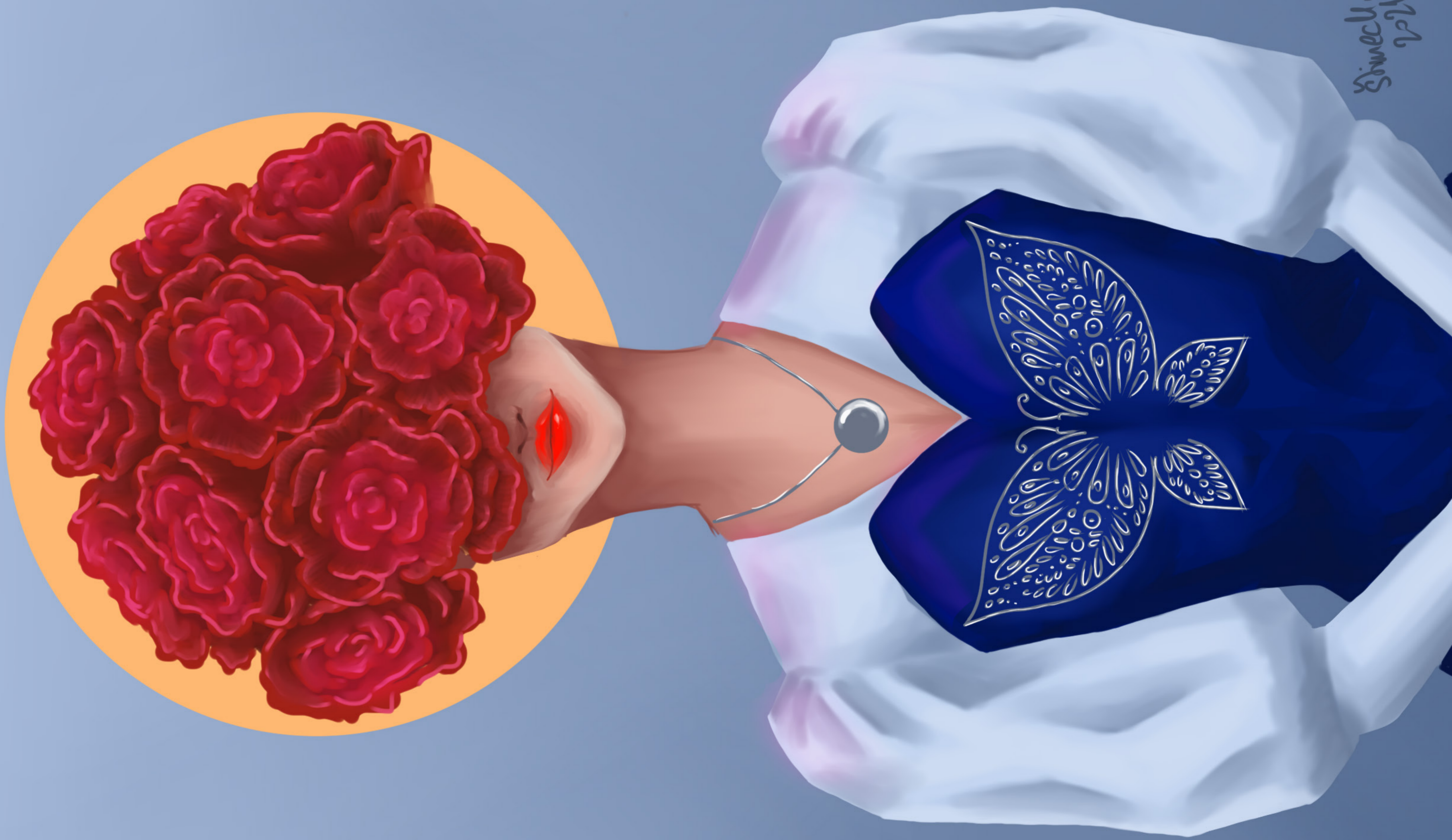
Časopis je brezplačen.

Ljubljana, 2022.

info@dih.si



Povsod smo



Simethi
2021