



автор: Бартоломей Зенон Славський (польс. Bartłomiej Zenon Sławski)

Я мрію про місце, де ніхто ні на кого не кричить та не жаліється і, водночас усі знають, що робити. Це було моєю мрією впродовж багатьох років.

вас. Кожного дня все може змінитися, як маєте запаси позитивної енергії. Неважливо, що ви сильно втомилися, ситі донесочку та все тримається на ваших плечах. Мусите стиснути зуби й рухатись уперед, коли хочете чогось досягти. Окрім енергії людей, мене безперечно рухає моя мета та, особливо, коли думають, що вона нереальна. Мотивує, коли абсолютно посилені, на мою думку, речі здаються

Не думаю, що цього хтось очікував. Це повинно було бути місце, яке живе. Місце, яке служить насамперед спільноті, тобто людям, які хочуть щось робити, а не тільки ГО (громадські організації).

Чи передбачали, що процес створення центру триватиме шість років?

Чи передбачали, що процес створення центру триватиме шість років?

На початку ми домовилися, що центр має бути побудованим на міцному фундаменті. Це стосувалося, як керуючої команди, так і фізичної інфраструктури. Насамперед необхідні були процедури, що сприяли б безперервній роботі центру. Ми дійшли висновку, щодо важливості заснування осібною організацією, яка відповідатиме за створення та управління центром. Ми мали створити й зареєструвати центр, окреслити його місію, бачення та статут. Згодом організація мала стати авторитетною. Її першим завданням було отримати невеликий грант, скористатися ним, надати звіт про витрати й у такий спосіб довести спонсорам, що ми заслуговуємо довіри. Тільки після цього відкривався шлях на більші гранти. Звичайно, ми не очікували, що це триватиме шість років. У ті часи думали, що знадобиться чотири.

Як ви обрали «невеликий грант», про який згадали?

Це дивовижна історія! Янушу Крупі (польс. Janusz Krupa), який того часу був членом правління, наснився сон...

Непоганий початок!

Йому наснилось, як щось трапилося в невеликому містечку Малопольщі. Він заїграв цю назву, як тільки прокинувся. Першим результатом у браузері стала інформація про гранти, що пропонує Фонд цивільних ініціатив, на які можуть претендувати люди цієї громади. Януш і далі заглиблювався в матеріал, поки не наштовхнувся на інформацію про Малопольський фонд цивільних ініціатив, який щойно розпочав

грантовий конкурс. Він із гордістю розповів про результати незвичайних досліджень на наступному зібранні правління. Тоді нас було троє: Магда Міяс (польс. Magda Mijas), Януш і я. Ми подали заявку й отримали перший грант. Ми витратили його на перший випуск бюлетеня, створення сайту й ще на щось, чого вже не пам'ятаю.

Наразі хочу зосередитися на цьому моменті. Отже, ви маєте невеликий грант, починаєте активістську роботу та працюєте над стратегією. Ти, як досвідчений активіст, привніс певний досвід. Як думаєш, це було складно?

Найкраще, пов'язане з активізмом, що траплялося зі мною в житті, — це спілкування з іншими людьми. Факт того, що можна робити щось разом, прямувати до мети та знайомитися з прекрасними людьми на шляху. І водночас найскладніше — це спільна робота з людьми та битва зі своїми та їхніми демонами.

Які твої демони?

Зараз відчуваю, що вони трохи приручені. Думаю, я з ними помирився.

Ти не показав їм білий прапор, не здався, чи не так?

Ні. Насправді я думаю, що життя — це не боротьба. У той час, коли починаємо воювати, — завжди є жертви й легко втратити з поля зору те, що робите, або самому стати жертвою. Хай там що, я вважаю, життя — це примирення, незважаючи на відмінності. Починати це примирення потрібно із себе. Ми бореми із собою з різних причин, наприклад, через те, хто ми, звідки, чому, як і з ким живемо, — це битва виснажує нас. У такому стані дуже легко втратити себе. Проте, зазвичай легко жити в ситуації, у якій ми все приймаємо. Так чи інакше, я вважаю, що кожен має робити це самостійно.

Життя — це примирення всупереч відмінностям

Раніше я не очікував, що, займаючись активізмом, зустріну прекрасних людей, з якими підтримуватиму зв'язок дотепер. Я знаю багатьох уже десять років. З кимось стали близькими друзями. Це те, що не придбати за гроші та не знайти на вулиці. Як добре, що дружні відносини просто трапляються, — каже Лукаш Семенець (польс. Łukasz Siemieniec), президент федерації «Знаки рівності», що йде у відставку.

Люди, які тебе знають, підтверджують, що в тебе надзвичайні запаси енергії. Звідки все це?

Ти завжди ставиш важкі питання! Ну, думаю, це приходить із космосу, або, може, від землі.... Я гадаю, що люди дають енергію для активізму. У разі, якщо робите свою справу та бачите, що вона потрібна іншим і сприяє покращенню, — це дуже мотивує. У деякому сенсі активізм схожий на замкнуте коло, де ви створюєте та поглинаєте енергію. У разі, якщо це позитивна енергія, а саме таку я намагаюся випромінювати, — вона повертається та збагачує

комусь утопію. Тут є важлива залежність: усе можливо, проте деякі речі потребують більше часу. Результати не виростуть, як гриби після дощу. Наприклад, процес створення центру тривав шість років.

Наскільки нереальною здавалася ідея створення ЛГБТК(ІА+)-ком'юніті-центру шість років тому?

Наскільки це було реалістичним, сильно залежало від тодішнього уявлення про центр. Спочатку була ідея про офіс — спільний простір для активістської роботи. Це можна було б створити за короткий проміжок часу. Лишалось питання, хто відповідатиме за це та, хто простежить, аби вистачило грошей. Відповіддю стало створення нової юридичної особи, тобто федерації. З часом, ідея центру-офісу почала розвиватися й набувати нових рис. Урешті-решт вона перетворилася на конгломеративну організацію активістських організацій. Тоді я відчував, що це важко втілити в життя, але, можливо. Були й люди, які вважали плани занадто амбіційними. Загальне уявлення центру було таким, яким бачимо його сьогодні, не враховуючи форму будівлі та назву.

Який момент був найважчим на активістському шляху?

Я пам'ятаю, ніби це було вчора, — моїм найважчим моментом стало рішення покинути краківський спортивний клуб «Кракерси» (польс. *Krakowski Klub Sportowy Krakery*). Я пішов у той час, коли всі були завалені роботою. До речі, ми сповна використовували переваги матчів та конференцій, які організували. Я і друзі, які створювали цю організацію, були виснажені фізично й морально. Я знав, що не можу продовжувати. Водночас, усвідомлював, що залишаю їх із проблемою. Можливо, вони не були такими виснаженими, як я, але всеодно були дуже втомленими.

Який момент активістського шляху найбільше запам'ятався?

Є кілька кращих моментів. Кожен мав одну спільну рису — це моменти, коли нам вдалося досягти колективної мети. Одним із них було відкриття центру

«DOM EQ», коли наша спільна мрія стала реальністю. Іншими моментами були матчі, конференція «Гендерна та сексуальна різноманітності в спорті», а також заходи, які я організував разом з клубом «Кракерси». Це було фантастично, коли високі цілі були реалізовані і, багато людей відчували себе їхньою частиною. Були й чудові спогади, коли я познайомився з відкритими, чесними людьми, з душею навстіж, які хотіли стати частиною активізму. Моменти коли розумієте, що можете гори перевернути. Раніше я не очікував, що займаючись активізмом, зустріну прекрасних людей, з якими підтримуватимув зв'язок дотепер. Я знаю багатьох уже десять років. З кимось стали близькими друзями. Це те, що не придбати за гроші та не знайти на вулиці.

Як добре, що дружні відносини просто трапляються.

Про що ти мрієш зараз?

Я завжди мріяв про власну фірму з декількома людьми, де вони почуваються, як вдома. Мрію, аби це було місце, і де люди хочуть працювати, і займатися творчістю. Я мрію про місце, де ніхто ні на кого не кричить та не жаліється, і водночас усі знають, що робити. Це було моєю мрією впродовж багатьох років. Це важко реалізувати на практиці, але в контексті того, що я сказав хвилину тому, я знаю, що реалізація вимагатиме від мене часу, праці та терпіння. Ще мрію, аби мої батьки, хоч вони й не разом, почали нормально спілкуватися й сиділи разом за одним столом. Я мрію про те, щоб у нас не було дилем, на кшталт того, хто першим прийде на день народження моєї племінниці,

тобто їхньої онуки. Мрію про подорожі, місячну відпустку, протягом якої можу кудись поїхати й ні про що не хвилюватися. Мрію про ремонт власного будинку. Я дизайнер інтер'єрів і постійно займаюся ремонтами клієнтів, однак, коли починаю думати про ремонт власного помешкання, — одразу відмовляюся від цієї ідеї. Також мрію навчитися співати. Я маю добре почуття ритму, бо танцював багато років. Проте, коли маю поєднати голос із музикою, — це не так просто. Сподіваюся, ЛГБТК(IA+)-хор «Кракофонія», до якого мене щойно прийняли, допоможе здобути якомога більше мого баритону. На щастя, репетиції хору для баритонів відбуваються в центрі «DOM EQ», тож я точно знаю, куди мені йти. Нарешті, я мрію про те, щоб усі були дружні одне до одного, жили в реальному світі, а не у власних уявах, думали про себе та своє оточення.

Матеуш Гендзба розмовляв з Лукашем Семенцем

Fundacja
Kultura dla Tolerancji

Фундація «Культура за толерантністю»

У 2019 році фундація викликала фурор із єдиним дрег-квін-ревю в Кракові. «Діаманти ночі», п'яте ревю, спродюсоване Генріком Пасютом із розважальної агенції «Фаро», з жовтня збирає аншлаги. Окрім того, що ревю гарантує радість, чудові веселощі й емоції, воно змушує задуматися. Кожного разу воно унікальне, особливе й барвисте. Після шоу є можливість незабутнього спілкування з трупю — частіше, аж до ранку, що незвично в наші дні.

У 2019 році публіка мала можливість побачити дрег-квін не лише на сцені театру «Барака» (польс. *Teatr Barakah*), що вважаємо величезним успіхом. Вони з'явилися перед телекамерами та виступали в таких програмах, як «Заспіваймо: Зараз усі разом» та «Ти виглядаєш знайомою» на телеканалі «Polsat». Вони також брали участь у зустрічах, мистецьких заходах та конгресах, насамперед, розкриваючи секрети мистецтва дрегу. Минулого року фундація підтримала шоу «Мій шлях, моя мрія, моє життя», прем'єра якого відбулася в червні 2019 року. Зіркою шоу була Папіна Маквін, у супроводі двох танцюристів. Папіна розповіла про початок своєї кар'єри, пригоди на сцені і як втілювала мрії в життя. Вона співала, танцювала, змушувала сміятися і плакати. 2020 рік стане особливим для організації — «Культура за толерантністю» святкує 15-річчя! Проте наші плани, поки залишаться в секреті. На запитання про 2020 рік Оскар Ф'юсек (польс. *Oskar Fusek*) трохи іронічно відповів: «Це буде дуже круто — ми зберемо наступне ревю й пошукаємо гідне зовнішнє фінансування». Очікуємо, що єдине дрег-квін-ревю в Польщі буде приголомшливим і, ми надалі братимемо участь у розв'язанні проблем ЛГБТК(IA+).

Збірник, який допоможе надати консультацію

Словник Коллінза визначає сором, як «неприємне відчуття, яке виникає, коли ви зробили щось не так, або почуваєтеся незручно». Унаслідок таких почуттів, як самотність, сором і обставини, які часто супроводжують це, 70% молодих ЛГБТК(IA+)-людей Польщі мали суїцидальні думки. Важко сказати, скільки підлітків покінчили із собою, адже часто сім'я соромиться розкрити

Допоможіть нам надати допомогу!

Кожен мав момент у житті, коли було соромно. Може, це було неприємне відчуття в животі, чи хвилювання тепла на вашому обличчі. Можливо, світ на мить закружляв довкола вас і, тисячі думок розривали зсередини голову на частини. Навіть зараз цей спогад, безумовно, змушує почуватися некомфортно. Тепер уявіть, що цей момент перетворюється на дні, тижні, місяці, навіть роки.



автор: Іванна Розовська (Joanna Rozowska)



автор: Іванна Розовська (Joanna Rozowska)

Тепер ви знаєте, наскільки важливою є ваша підтримка.
Банк «Millenium» 53 1160 2202 0000 0002 1234 9437
Назва переказу: **«Darowizna na wsparcie psychologiczne»**
(Пожертвування на психологічну допомогу)
Інтернет-ініціатива:
<https://zrzutka.pl/z8xuac>

Єдиний світ



Асоціація з допомоги і профілактики ВІЛ/СНІДу «Єдиний світ»
Ця краківська організація активно займається проблемою хіміксу, хоча назва звучить досить екзотично та асоціюється з клубною культурою 21-го століття, — тут і зараз це серйозна проблема. Здається, сам хімікс не є новим, або секретним явищем. Наразі суперечки з приводу того, наскільки широко слід це визначати. Простіше кажучи, хімікс — це статевий контакт під дією психоактивних речовин. Останні дослідження були зосереджені на вузькому класі речовин і ґрунтувалися на їхній популярності (наприклад, мефедрон, кетамін, метамфетамін). Дія цих препаратів полягає в тому, що вони загострюють почуття, усвають бар'єри та подовжують статевий акт. Вони спричиняють залежність. Про хімікс дедалі частіше можна почути в контексті ЛГБТК(IA+)-спільноти, але ми довгий час не знали, як вирішити цю проблему в Польщі.

Департамент державної гігієни Національного інституту громадського здоров'я у 2019 році провів дослідницький проєкт «Хімікс у Польщі — загальнопольське дослідження хіміксу серед чоловіків, які мають секс із чоловіками». Метою дослідження було оцінити масштаби хіміксу в Польщі, у тому числі поширення ІПСШ серед людей, які практикують хімікс, а також визначити, які необхідні методи профілактики інфекцій, лікування залежності та превентивного втручання.

Тести проводили одночасно в кількох містах та координувалися різними людьми. У Кракові тестування проводили в клініці «Монар» та центрі «DOM EQ». Це стало можливим завдяки доброті координаторів і координаторок, які завжди готові допомогти — дякую за вашу допомогу! У разі, якщо ви приймали хімічні речовини, чи у вас був хімікс і, ви хотіли б поговорити з кимось про це, чи вам потрібна інша допомога, нижче знайдете кілька установ, які зроблять це професійно та неупереджено:

- Клініка асоціації «Монар» для профілактики, лікування й терапії залежностей у Кракові — ул. św. Katarzyny 3, 31-063, Краків;
- О/К Психіатрія для дорослих, дітей та молоді, денне відділення лікування залежностей, Краківський університетський шпиталь — ул. Olszańska 5, 31-315, Краків;
- Малопольський центр терапії залежностей та психологічної допомоги — ул. Szlak 26/11, 31-153, Краків;
- Проєкт «Чисті удари» (англ. *Clean Beats*) — czystebity@monar.krakow.pl;
- Краківський центр лікування залежностей — ул. Wielicka 73, 33-332, Краків;
- After Party — 577 756 743, afterpartyfes@gmail.com.

Корисні посилання: meskiebranie.pl, chemsex.pl, skaids.org.

Асоціація «Тенчувка»

Stowarzyszenie
Tęczówka

Організація з Катовіце, яка працює для ЛГБТК(IA+)-спільноти, запрошує приєднатися до них та підтримати ініціативу «Від сорому до допомоги», створеної з урахуванням молодих ЛГБТК(IA+)-людей.

teczowka.org.pl – kontakt@teczowka.org.pl – [@stowarzyszenie.teczowka](https://www.facebook.com/stowarzyszenie.teczowka)

Соціальна група

Чи подобається грати в настільні ігри, або дивитися фільми в безпечному середовищі? Чи хочете познайомитися з цікавими людьми і просто потеревенити? Приєднуйтеся до ЛГБТК(IA+)-асоціації «Тенчувка». Дізнайтеся більше та запишіться на п'ятничні зустрічі(-):

lgbtgrupa@teczowka.org.pl

«Баб'є Като» (польс. *Babie Kato*)

Група для жінок, які люблять жінок. Приєднуйтеся до нас, створимо разом відкриту та безпечну спільноту для жінок. Ми створили місце, де можемо знайомитися, інтегруватися та обмінюватися досвідами. Напишіть нам:

babiekato@teczowka.org.pl

Веселкові родини

Група для всіх, хто живе у веселковій родині. Чи є у вас діти, чи тільки плануєте їх? Приходьте разом, створимо безпечний простір, де ви познайомитеся з іншими сім'ями, насолодитися компанією, поділитися досвідом і встановити нові контакти. Напишіть нам:

teczowerodziny@teczowka.org.pl