

HBQTQ+

Bok- och länktips från Region Dalarnas sjukhusbibliotek

Hos oss på Falu lasarettssbibliotek kan du som bor i Dalarna få hjälp med att hitta lättfattlig information om hälsa.

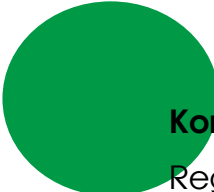
I biblioteket finns också personliga berättelser som kan ge en inblick i andra personers upplevelser. Bibliotekspersonalen hjälper gärna till att förmedla hälsofrämjande information ur olika databaser och från föreningar.

Vi kan även bistå med källkritisk granskning av hemsidor.

Den som inte har möjlighet att komma till biblioteket kan i stället ringa eller skicka e-post.

Hitta till biblioteket: Gå in genom huvudentrén på Falu lasarett, gå rakt fram och passera caféet och butiken. Följ sedan skyltningen till biblioteket. Bibliotekets entré är på plan 02. Det finns hiss utanför.

Besök oss gärna på webben: **www.regiondalarna.se/sjukhusbibliotek**



Kontakt

Region Dalarnas sjukhusbibliotek

E-post: falun.biblioteket@regiondalarna.se

Adress: Söderbaums väg 8, 791 82 Falun

Telefon: 023- 49 21 34

Hbtq+ är ett paraplybegrepp som innefattar olika perspektiv på könsidentitet, sexuell läggning, relationer och sexuell praktik. Pluset på slutet finns med för att inkludera fler identiteter, könsuttryck och sexuella läggningar. Även andra varianter används, till exempel hbtq, hbtqi och hbtqia. (Information från Digiteket.se)

Webbsidor

1177.se

Står bakom sidan: Sveriges regioner

Målgrupp: alla

En sida med råd om hälsa och information om sjukdomar. Under fliken *Liv&Hälsa* finns rubriken ”Könsidentitet och sexuell läggning”. Genom att klicka på den så hittar du information om könsidentitet, könsuttryck, könsdysfori och sexuell läggning.

Cah.se

Står bakom sidan: Riksföreningen för Adrogenitalt Syndrom. Föreningen har som mål att fungera som en förening för drabbade och anhöriga, främja utvecklingen av vård, informera om forskning och framsteg inom området.

Målgrupp: Personer med Congenital adrenal hyperplasia (CAH) och deras närstående.

Sidan innehåller information om syndromet.

Fpes.se

Står bakom sidan: Full Personality Expression Sweden. Föreningen för transpersoner

En ideell förening för alla som har en könsidentitet eller ett könsuttryck som skiljer sig från den traditionella sammahällsnormen.

Målgrupp: Transpersoner

Sidan innehåller information om lagstiftning, begrepp, forskning med mera. Det finns också ett dialogforum för föreningens medlemmar.

Oii Sverige

Står bakom sidan: Oii sverige är en ideell förening som arbetar för intersexpersoners rättigheter

Målgrupp: Intersexpersoner

Föreningen har en facebooksidan https://facebook.com/oiiisverige/locale=sv_SE som innehåller information om föreningen.

Polyforeningen.org

Står bakom sidan: Polyföreningen. En ideell, religiös och partipolitiskt obunden förening var syfte är att främja ett samhälle där flersamma relationsformer accepteras på lika villkor som tvåsamma.

Målgrupp: Personer som lever i eller vill leva i flersamma relationer.

Sidan innehåller information om föreningen och en kunskapsbank.

Rfsl.se

Står bakom sidan: Riksförbundet för homosexuellas, bisexuellas, transpersoners, queeras och intersexpersoners rättigheter. En ideell organisation som bedriver olika projekt, bland annat politisk påverkan och opinionsbildning.

Målgrupp: alla

Under fliken *Hbtqi-fakta & tips* finns bland annat rubriker som "FAQ : Könsdysfori som diagnos" och "Lista över begrepp". Under fliken *Verksamhet* finns rubriker som "Att vara och bli förälder" och "Trans".

Rfslungdom.se

Står bakom sidan: Rfsl ungdom. Enligt hemsidan "en rättighetsbaserad medlemsrörelse för unga hbtqi-personers självbestämmanderätt".

Målgrupp: unga

På sidan finns information om säkrare sex, könssjukdomar, våld med mera. Under rubriken stöd finns möjlighet att chatta med en kurator.

Socialstyrelsen.se

Står bakom sidan: Socialstyrelsen. Sveriges kunskapsmyndighet för vård och omsorg.

Målgrupp: personal inom vård och omsorg.

Sök på hbtqi, transpersoner eller könsdysfori i sökrutan för att hitta rätt information.

Stodlinjenfortranspersoner.se

Står bakom sidan: Nationellt centrum för kvinnofrid vid Uppsala universitet och Akademiska Sjukhuset. Stödlinjen drivs på uppdrag av regeringen.

Målgrupp: transpersoner, personer med transexfarenhet, närstående, yrkesverksamma.

Själva webbsidan innehåller mer information om stödlinjen och om våld. Den innehåller även en knapp för att snabbt lämna sidan.

Stödlinjen är för vuxna transpersoner, inklusive ickebinära och personer med transexfarenhet som utsatts för våld i nära relation eller sexuella övergrepp. Även närstående och yrkesverksamma kan ringa. Linjen är öppen varje dag dygnet runt och den som ringer är anonym. De som svarar är personal med kunskap om våld i nära relation och svåra livssituationer. Personalen kan ge ett transkompetent bemötande.

Telefonnummer: 020 55 00 55.

Transammans.se

Står bakom sidan: Transammans. Ett förbund för transpersoner och närstående som arbetar för med att stödja, påverka och utbilda.

Målgrupp: transpersoner och deras närstående

Sidan innehåller bland annat fakta om vård och begrepp. Transammans driver även en digital samtalsmottagning där du kan träffa kurator via video, telefon och chatt.

Transformer.se

Står bakom sidan: RFSL och RFSL Ungdom

Målgrupp: transpersoner, personer med transexfarenhet, den som funderar över sin könsidentitet eller sitt könsuttryck, närstående, de som möter tidigare nämnda i sitt yrke.

En sida med mycket information om identitet, vård, hälsa, relationer, sex, personliga berättelser, normer, rättigheter osv.

Umo.se

Står bakom sidan: Sveriges ungdomsmottagningar, Sveriges alla regioner

Målgrupp: unga mellan 13 och 25 år

Ungdomsmottagningen på nätet. Under fliken *Jag* finns rubrikerna "Sexuell läggning" samt "kön och könsidentitet". Där finns bland annat information om sexuell läggning, asexualitet, att komma ut, trans och könsidentitet. Sidan innehåller en knapp för att "paniklämna" sidan.

Queerlit.dh.gu.se

Står bakom sidan: Kvinnsam (arkiv, bibliotek, databaser och andra digitala resurser för genusforskning och universitetsgemensam forskningsinfrastruktur vid Göteborgs universitet)
Queerlit är en databas för svensk skönlitteratur som skildrar samkönat begär och överskridanden av binära könsnormer. Det innefattar bland annat – men inte enbart – skildringar av hbtqi-personer.

qgrab.org

Står bakom sidan: Queerrörelsens Arkiv och Bibliotek
Queerrörelsens Arkiv och Bibliotek (QRAB) samlar, ordnar, bevarar och tillgängliggör dokumentation och information knuten till queera rörelser och personer.

Personliga berättelser (Alfabetisk ordning på titel.)

Argonauterna av Maggie Nelson (2016)

I centrum för berättelsen finns författarens relation till konstnären Harry Dodge som är gender-fluid och som under bokens gång påbörjar testosteroninjektioner. Samtidigt får vi följa hur författaren själv genomgår en graviditet. Författarens egen historia framträder i dialoger med teorier i ämnen som kärlek, begär, identitet, kön, sexualitet osv.

Blodbok av de Kim L'Horizon (2024)

En roman där den namnlösa huvudpersonen känner sig varken manlig eller kvinnlig och försöker minnas och förstå – medan hens mormor insjuknar i demenssjukdom – vad det i barndomen var som fick hen att känna sig främmande inför sin kropp.

Breathe: Journeys to Healthy Binding av Maia Kobabe och Sarah Peitzmeier (2024)

En bok med fyra personliga berättelser om personer som använder binders. Boken är också en grafisk guide och praktisk resurs om att använda binder. Här finns även plats given för egen reflektion.

Bög för livet. En memoar av Arne Nilsson (2025)

Nilsson berättar om sitt liv, framför allt i perspektiv utifrån att som homosexuell navigera i en heteronormativ värld.

Bögen är lös av Edvin Törnblom (2022)

En bok om hur det kan vara att leva som queer i vår samtid. Törnblom blandar fakta och historia med personliga berättelser om hur han formats som människa.

Bögtjejen. Till alla bögtjejer därute, unga som gamla av Aleksa Lundberg (2018)

När Aleksa växer upp vill hon helst vara med tjejerna. Mamman försöker förstå varför sonen vill klä sig i prinsessklänning och pappan oroar sig för att sonen är bög. Av farmor får Aleksa en videokassett med dragshowartisten Christer Lindarw. Boken handlar om hur det känns när utseendet inte stämmer överens med det inre, om att först komma ut som homosexuell och senare som tjej.

En flicka växer upp till man av Gabriel Sving (2020)

En personlig berättelse om Svings resa från att växa upp som flicka till att bli man.

En port till havet. Brev från arabiska bögar av Khaled Alesmael (2020)

Alesmael har sammanställt nio livsberättelser, dokumenterade i varierande form som brev och intervjuer – ett slags arkiv av röster. De flesta av dessa öden färgas av krig och flykt. Här

förenas berättelser om drömmar, åtrå och våld i önskan om en trygg plats, och förmedlar att vi inte får glömma att den fria kärleken har ett pris.

Eva-Lisas monument. Berättelsen om en transpionjär av Sam Hultin (2025)

Eva-Lisa Bengtson var en pionjär inom den svenska transrörelsen, lesbisk feminist och medgrundare av Kvinnohuset i Stockholm. I sin bok om Eva-Lisa skildrar Hultin både en djupt personlig historia och ett samhälles utveckling. Sam Hultin har även gjort filmen *Kära Eva-Lisa* som finns att se via länken: <https://vimeo.com/489196258?p=1s>

För alltid Lee av Lee Christiernsson och Marie-Anne Knutas (2024)

Mitt i livet kom Björn ut som ickebinär transperson och Lee välkomnades av familj, kollegor och nya och gamla vänner. Här får vi lära känna Lee, från äventyren i ungdomen, via arbetslivet och familjelivet med fru och barn till dess att hen, vid fyrtiofem års ålder, bestämmer sig för att ta steget och möta världen som transperson.

Gender Queer. En ickebinär självbiografi av Maia Kobabe (2024)

En grafisk memoar som berättar om författarens uppväxt, identitetssökande, serietecknande och väg till att komma ut som ickebinär och asexuell.

How to be Ace. A memoir of growing up asexual av Rebecca Burgess (2020)

En grafisk memoar om att växa upp och försöka passa in, att vara annorlunda och att landa i en asexuell identitet. Författaren upplevde att vid en viss ålder i grundskolan blev de andra eleverna intresserade av pojkar, flickor och sex, medan författaren själv enbart fann intresse i att teckna serier.

Hur man möter en mamma av Kaj Korkea-aho (2024)

En självbiografisk berättelse om att bli förälder. Efter åtta år tillsammans bestämmer sig Kaj och Niko för att försöka bli pappor. Sökandet efter en medförälder känns till en början omöjligt. Hur ska de våga lita på en helt främmande människa? Hur planerar man för en familjetyp utanför normerna?

I ingen mans land. Att leva i skuggan av en hemlighet av Åsa Roxberg (2025)

Åsa Roxbergs make berättade efter ett långt äktenskap att han vill vara den han upplever sig vara, det vill säga kvinna. Detta är en berättelse om att stå bredvid någon som genomgår en förändring så djup att allt omkring också rubbas. Berättelsen blev känd för en bred publik genom dotterns bok *Min pappa Ann-Christine*, vilken också utgör grund för filmen *Min pappa Marianne*. Roxberg är professor i vårdvetenskap.

Idag kan det kvitta av Andie Lindskog (2024)

En självbiografisk berättelse om att växa upp i rädsla och osäkerhet – och att senare i livet våga leva som sitt sanna jag.

Inte alltid en dans på rosor av Tobias Karlsson (2019)

Dansaren Tobias Karlsson berättar om sitt liv och om dansen, betydelsen av att vara ärlig mot sig själv och om hur viktigt det kan vara med vänskap.

Jag kom inte ut – jag blev mig själv av Ann-Christine Ruuth (2022)

En präst och familjefar har sedan unga år längtat efter att få vara kvinna. Vid 58-års ålder blir hon sig själv – hon blir Ann-Christine. En berättelse om det smärtsamma och befriande i att söka, finna och vara sig själv.

Jag, Caroline: yrkeskvinna och familjefar av Caroline Farberger, berättat för Henrietta Westman (2020)

Genom att ständigt prestera på topp och alltid ha riktningen inställd framåt försökte Caroline att undvika sanningen om sig själv. Efter att ha kämpat ett helt liv efter en position med makt och status tvingas maken, pappan, frimuraren och vd:n konfrontera sig själv. En berättelse om att riskera allt för att få leva som den man är.

Jag har ångrat mig av Vanessa López (2014)

När Vanessa var 17 år var det inte möjligt att juridiskt ändra kön utan att först undergå sterilisering och könskorrigering. Därför valde hon att genomgå operationer och behandling för att fysiskt korrigera kroppen. Ett val hon inte hade gjort idag som vuxen då hon i stället insett att man kan ha vilken könsidentitet som helst utan att behöva genomgå operationer.

Janna: Ett liv i två världar av Eva Lie (2017)

Fotografen Eva Lie har följt Janna på hennes väg från att vara Jan till att bli Janna. Bilderna i boken är tagna mellan 1998 och 2017. Boken innehåller även texter av Eva Lie som till största delen bygger på samtal med Janna och egna dagboksanteckningar.

Julian av Fleur Pierets (2025)

En berättelse om stor kärlek, om konst och aktivism. Konstnärsparet Fleur Pierets och Julian P. Boom bestämde sig för att gifta sig i de 22 länder som då tillät samkönade äktenskap, med en önskan om att fler länder då skulle inspireras och tillåta det. Julian insjuknar dock efter fyra bröllop och avlider. Boken handlar också om sorg.

Kom ut, kom in av Andrés Esteche (2018)

Esteche berättar sin historia om hur hans föräldrar fick veta att han var homosexuell och hur det påverkade familjens relation till honom. I boken berättas också andras historier - de som har tvingats fly sina hemländer på grund av att deras sexualitet eller könsidentitet diskriminerats och hotats. De har olika bakgrunder och familjeförhållanden, men de kommer alla hit med en dröm om att tryggt kunna leva som de vill.

Kommer du tycka om mig nu? En berättelse om identitet av Lina Axelsson Kihlbom (2015)

En självbiografisk berättelse om identitet, drömmar, förväntningar och självkänsla. En bok om "att ta ödet i sina egna händer och att skapa sin egen framtid". 2013 blev hon känd då hon deltog i dokumentärserien *Rektorerna* i SVT. På senare år har hon bland annat varit skolminister.

Livet med Emma av Sarah Berthag-Ljones (2023)

Boken är en berättelse om en livsförändring. Författaren delar sin upplevelse av att älska och leva med en person som plötsligt kommer ut som transsexuell. Boken belyser den komplexa resan av självupptäckt och kamp mot fördomar.

Min man blev min fru av Christina Wendel (2018)

29 år efter sitt första bröllop som Mia och Niklas gifter de sig igen, men den här gången är det som Mia och Nathalie. Boken innehåller bådas berättelser om hur livet var och hur det blev när Nathalie avslöjade den hemlighet hon trodde skulle kosta henne äktenskapet. Även deras vuxna barn kommer till tals.

Min pappa Ann-Christine av Ester Roxberg (2018)

Esters berättelse om att plötsligt ha en pappa som heter Ann-Christine. Om att hantera, ompröva och acceptera en ny verklighet. Finns även som ljudbok.

Mörkrummet av Susan Faludi (2017)

Susan Faludis minns sin pappa som en explosiv machoman och tyrann. De har inte kontakt under många år, men så får hon ett meddelande från honom. Han är 76 år och lever numera som

Stefáníe i Budapest. Susan bestämmer sig för att träffa Stefáníe. Boken skriver hon för att försöka förstå pappans omvandling.

När jag letar efter Max av Sanna Wallin (2007)

På 1950-talet var Max en av de första som fick könsbegränsande vård i Sverige. Systerdottern Sanna gör en resa i en älskad morbrors spår och berättar samtidigt om en viktig del av Sveriges historia.

Outside the binary av Linda Bourname Engelberth (2024)

En fotobok som består av en serie porträtt av människor som identifierar sig utanför det könsbinära. För vissa kan detta innebära att ha både en manlig och kvinnlig identitet, eller något däremellan. Människorna i projektet kommer från olika delar av världen men delar många av samma erfarenheter.

Pageboy: En memoar av Elliot Page (2023)

Elliot är skådespelare och har bland annat spelat huvudrollen i filmen Juno. 2020 gick han ut offentligt och meddelade sina pronomen: han och hen. I boken berättar han om sitt liv.

Pappa sjöhäst av Noah van Dorpel (2025)

Boken är en självbiografi om författarens väg till att bli sig själv, och även resan som det innebär att bära sitt eget barn som transman och att bli förälder.

Readme.txt: En självbiografi av Chelsea Manning (2023)

2013 döms Chelsea Manning till 35 års militärfängelse. Hon har under sitt arbete som underättelseanalytiker i USA:s armé laddat upp över 700 000 hemligstämplade militära dokument till WikiLeaks. Dagen efter domen går hon offentligt ut med att hon identifierar sig som kvinna. Chelsea släpptes från fängelset 2017 och har nominerats till Nobels fredspris vid två tillfällen.

Som jag är av Loui Sand och Marie-Anne Knutas (2023)

Handbollsspelaren Loui Sands kropp kändes som ett fängelse. Ibland var det så illa att det kändes som att han skulle dö i fångenskap. Men han överlevde. Efter över 100 landskamper meddelade han att karriären var över och att en utredning om könsdysfori skulle inledas. Handbollskarriären var inte över. Hösten 2021 blev Loui den första transkillen att spela i herrallsvenskan i handboll.

Överlevaren: En sann historia om en osannolik kvinna av Sara Krasnostein (2018)

En berättelse om Sandra Pankhurst som innan hon gick bort år 2021 i sitt innehållsrika liv bland annat hann vara adoptivson, make, far, lyxhustru och affärskvinna. Efter att ha upplevt mycket utsatthet i sitt eget startade hon en saneringsfirma specialiserad på att sanera brottsplatser, hem för patologiska samlare och dödsbostädning.

Facklitteratur

Bi- och pansexualitet av Edward Summanen (2025)

Boken erbjuder en kunskapsbas och introducerar även fördjupande perspektiv inom området. Genom personliga berättelser, forskning och yrkeserfarenhet ges en samlad bild av bi- och pansexuellas vardag, historia och hälsa i en svensk kontext. Boken vänder sig till dig som vill lära dig mer om bi- och pansexualitet, som privatperson eller i din yrkesroll.

En transinkluderande skola av Sofia Hindhammar och Karin Nystås (2024)

Boken ger en kunskapsbas och konkreta idéer för hur en transinkluderande skola kan se ut, oavsett om det är i förskoleklass eller på gymnasiet. I boken får skolledare, elevhälsopersonal

och pedagoger förståelse för varför arbetet behövs, kunskap om vad skolan behöver göra och vägledning i hur verksamheten och undervisningen kan utformas.

Ett transfeministiskt manifest av Maria Ramnehill (2016)

En bok om de fördomar och det förakt som möter transkvinnor i samhället. Målgrupp för boken är alla.

Farliga prinsessor och ljuva monster: Om normutmanande föräldraskap av Lina Bodestad (2018)

Psykolog Lina Bodestad berättar om både vilka effekter normer och könsstereotyper får på våra barn, och i förlängningen på hela vårt samhälle, och hur vi kan utmana dem för att få till positiva förändringar.

HBT speglar i litteraturen av Dodo Parikas (2009)

Boken tar upp litteratur som berör och innehåller temat hbtqi. Vid tiden för bokens utgivning kallades hbtq+ för hbt. Här presenteras skönlitteratur, handböcker, faktaböcker; för ungdomar och vuxna.

HBTQ+. Psykologiska perspektiv och bemötande av Tove Lundberg, Anna Malmquist, Matilda Wurm (2017)

Målgruppen för boken är den som är studerande eller verksam i ett människovårdande yrke. Boken är skriven av flera av Sveriges mest kunniga psykologer och forskare inom området hälsa kopplat till HBTQ+. Boken innehåller historiska och teoretiska ramverk samt praktiska och handfasta råd.

Icke bärarna: Lesbiska och queera röster om att få barn vid sidan om gravid av Tove Liljeholm och Elsa Berggren (2026)

En antologi som skildrar lesbiska och queera föräldrars erfarenheter av att få barn utan att ha burit det i sin egen kropp.

Lesbian, gay, bisexual, and transgender healthcare: a clinical guide to preventive, primary, and specialist care av Kristen L. Eckstrand och Jesse M. Ehrenfeld (red.) (2016)

Bokens målgrupp är vårdpersonal och innehåller aktuell information från läkare med stor kompetens inom HBTQ-hälsa.

Lesbiska småbarnsföräldrar. Utmaningar i en tid av möjligheter av Anna Malmquist (2016)

I boken får vi följa en grupp med lesbiska par från det att de planerar barn, genom graviditet och förlossning, under spädbarnstiden fram till att barnen är i förskoleålder. Boken syftar till att förmedla kunskap om lesbiska familjer. Den riktar sig till personer som möter familjer i sitt yrke, exempelvis inom hälso- och sjukvård, familjerätt, skola och förskola, men även till en bredare allmänhet.

Liten handbok i konsten att bli lesbisk av Mian Lodan och Matilda Tudor (2014)

I boken blandas intervjuer, statistik och personliga betraktelser och illustrationer.

LHBTQ-personer och åldrande. Nordiska perspektiv av Janne Bromseth och Anna Siverskog (2013)

Boken samlar kunskap om äldre lhbtq-personers livsvillkor och åldrande utifrån studier som genomförts i Sverige, Danmark, Norge och Finland. Författarna uppmärksammar frågor om vad det innebär att under stora delar av livet behöva smyga med sin sexualitet eller könsidentitet, och vad det i olika tider har inneburit att komma ut med sin sexualitet och könsidentitet. Boken kan användas inom utbildningar i hälso- och sjukvård och i socialt arbete, men även vid studier av äldre och åldrande samt inom det genusvetenskapliga fältet. Den riktar sig också till aktivister, föreningar, praktiker och samhällsplanerare.

När du älskar fler än en. Flersamhet, polyamori och öppna relationer av Caroline Bergmann (2022)

Att vara polyamorös innebär olika saker för olika människor, men det som är gemensamt är att det finns en öppenhet för att kunna känna kärlek i flera relationer samtidigt. I boken berättar personer om sina val och praktiska lösningar för att få flersamma relationer att fungera. Boken syftar till att ge ett vidgat perspektiv på hur olika vi relaterar till andra människor så att fler kan leva det liv just de vill, utan att begränsas av normer.

Pappa, pappa, barn. Gaypappors vägar till föräldraskap och familjeliv av Anna Malmquist (2022)

Författaren följer en grupp gaypappor och barnlösa homo- och bisexuella män på deras vägar till föräldraskap. Här beskrivs hur gaypappor skapar jämställdhet i sina parrelationer och hur de förhåller sig till samhällets genusnormer, men också utsattheten papporna kan känna inför omvärldens bemötande, okunnighet och fördomar i ett samhälle där heterosexualitet är norm. Boken vänder sig till dig som möter individer och familjer i ditt yrke boken men även till en bredare allmänhet.

Queer body power. Finding your body positivity av Essie Dennis (2022)

Esse Dennis kände sig aldrig tillräcklig. När hen delade med sig om sina känslor i sociala medier blev hen överväldigad över hur många som kände samma sak. Författaren vill förmedla det hen lärt sig på sin resa till självacceptans för att guida läsaren till att älska sin egen kropp.

Queer äldreomsorg? Att möta äldre lhbtq-personer inom vård och omsorg av Anna Siverskog i samarbete med RFSL Stockholm (2021)

Målgrupp för boken är alla som möter äldre personer i sitt arbete. Många äldre lhbtq-personer oroar sig för den dagen de behöver omsorg. Deras oro handlar om bemötande och avsaknad av kunskap om deras erfarenheter och behov. Boken innehåller både historia, nuvarande forskningsläge, praktiska tips och underlag till diskussionsfrågor.

The queer mental health workbook. A creative self-help guide using CBT, CFT and DBT av Brendan J. Dunlop (2022)

Att känna sig annorlunda och att inte passa in kan leda till psykisk ohälsa och lägre välbefinnande. Boken är skriven för att vara en resurs för den som vill förbättra sin psykiska hälsa. Den innehåller övningar och tekniker, både för att förbättra den psykiska hälsan i stort, och för mer specifika ämnen som identitet, ångest, låg självkänsla, självskada, åtströmningar suicid, trauma osv.

Trans. Fakta, forskning och erfarenheter av Edward Summanen & Matilda Wurm (red.) (2023)

Boken ger guidning och stöd för transpersoner och deras närstående samt alla som vill lära sig mer om transfrågor. Syftet med boken är att förmedla forskning och kunskap på ett lättillgängligt sätt.

Transvoices

Boken är en sammanställning av texter som transpersoner över hela Sverige skickat in till projektet Transvoices. Projektet hade som syfte att höja transpersoners röster under temat Allas röster. Boken är ett kollage av texter om dysfori och eufori, om problem och lösningar, fiktion och verklighet.

Undantagsmänniskor. En svensk HBTQ-historia med utblickar i världen av Svante Norrhem (2015)

Ett översiktsverk som behandlar könsöverskridande och samkönad kärlek och sexualitet i Sverige från forntid till nutid. Här beskrivs HBTQI-personers liv och det omgivande samhällets attityder samt de förändringar som skett under den långa tid som behandlas. Boken syftar till att lyfta fram och besvara vanliga frågor i ämnet, exempelvis om homosexualitet alltid har funnits, om det fanns könsöverskridare på medeltiden eller hur synen på bisexualitet har förändrats i

historien. Boken är avsedd som kurslitteratur i historia och genusvetenskap vid universitet och högskolor, men är givande för alla som vill fördjupa sina kunskaper i HBTQ-frågor.

Ånger. Ett reportage inifrån transvården av Carolina Jemsby (2024)

Journalisterna Carolina Jemsby och Karin Mattisson skildrar ödet för några detransitionärer (facktermen för ångrare), med fokus på de omvälvande åren från 2018 till 2024. Här berättas historien om en transvård där många blundade för riskerna, ända tills den medicinska skandalen var ett faktum.

Skönlitteratur

Aimée & Jaguar. En kärlekshistoria, Berlin av Erica Fischer (1996)

I Berlin 1942 träffas Elisabeth Wust och Felice Schragenheim. De båda kvinnorna blir förälskade i varandra. Deras kärlek måste hållas hemlig. Boken är baserad på den sanna historien om Lilly Wust och Felice Schragenheim.

Att sticka ut – Victor Hugo Wickström. Författare, tidningsman, världsresenär, gaypionjär av Abrahamson, Kjell Albin (2015)

En berättelse om Victor Hugo Wickström (1856–1907) från Hedemora, verksam som journalist, chefredaktör och författare. Han var en central gestalt i kulturlivet i Sverige och betraktas idag som en betydande homosexuell aktivist.

Badort av Tove och Hanna Folkesson (2023)

En roman om två unga kvinnors kärlek på en plats där gamla traditioner mäts mot det nya. Texten ackompanjeras av tillhörande teckningar.

Dansa hela natten på undergångens brant av Sebas Martín (2025)

Boken är en grafisk roman som utspelar sig i Barcelona på 1930-talet. Det är en berättelse som skildrar en kombination av hbtqi-historia, arbetarrörelsen och politiska spänningar i Spanien strax före det spanska inbördeskriget.

Detransition baby av Torrey Peters (2022)

Reese och Amy var en gång ett lyckligt par. Reese är fortfarande olyckligt kär i Amy, men Amy finns inte längre. Hon har genomgått en detransition och lever återigen som man, som Ames. Ames saknar Reese men livet har blivit komplicerat då han oväntat gjort sin chef gravid. När han möter Reese igen slås han av en insikt: tänk om en annan sorts familj är möjlig?

Den andra mamman av Tina Åmodt (2025)

En roman som berör frågor om lesbiskt föräldraskap, biologi, queerliv och att vara den mamma som inte burit barnet.

Diana & Charlie av Elias Ericson (2023)

En grafisk roman om Diana och Charlie 17 år, transpersoner och bästa vänner. Charlies psykiska hälsa svänger. Dianas pappa vägrar gå med på hormonbehandling. Vännerna navigerar sig igenom tillvaron tillsammans. En vardag full av förtryck och ångest hanteras med hjälp av alkohol, musik och varandra.

Ett lyckligare år av Jonas Gardell (2021)

En roman med parallella berättelser; dels om studenterna Pontus och Herman i Uppsala på 1800-talet, dels om ungdomar som 100 år senare arbetar för att bli accepterade och håller Sveriges första demonstration för homosexuellas rättigheter.

Fjollornas fest av Jonas Gardell (2023)

En roman om tillvaron för några homosexuella män och transpersoner i början av 1970-talet, parallellt med berättelsen om en pojkes uppväxt, känslor och tankar.

Gå med mig till hörnet av Anneli Furmark (2020)

En grafisk roman om två kvinnor, gifta med varsin man, som träffar varandra och inleder en kärleksrelation.

Husfrid. En tragikomisk familieberättelse av Alison Bechdel (2009)

En självbiografisk och grafisk roman om författarens uppväxt under 1960- och 70-talen. En bok om familjerelationer och hemligheter. Författarens far har under sina barns uppväxt dolt att han är homosexuell, på grund av samhällets normer och förväntningar. När författaren kommer ut som lesbisk förändras deras relation än mer.

I slutet av regnbågen av Bitte Andersson (nyutgåva 2026)

Boken är en serieroman om sorg, kärlek, goda grannar och att våga återvända till livet efter en depression. Det är också en skildring av queert liv och vikten av att finna sitt sammanhang. Berättelsen är fiktion, men innehåller också glimtar av HBTQ-historia inspirerad av intervjuer med äldre HBTQ-personer.

Jag skapade Eva av Chris Schenlaer (2020)

Göran är Eva, men Sverige är inte redo för kvinnor som henne. Därför ljugar hon. Efter att ha levt som Eva i nästan fyrtio år, tvingar omständigheter henne att göra ett val: att fortsätta ljuga eller att berätta sanningen?

Lesbiska ligan av Mian Lodalen (2021)

Den andra boken i Lodalens historiska romansvit med verklighetsbaserade berättelser om samkönad kärlek i Stockholm under olika decennier av 1900-talet.

Lisa och Lilly av Mian Lodalen (2020)

En roman baserad på verkliga personer och research, där Lodalen berättar om de två unga arbetarkvinnornas förbjudna förälskelse.

Lägenhetsbordellen i Palma. En sann berättelse av Lo Torneborg och Leone Milton (2024)

En sann berättelse om att bli såld och utnyttjad, mitt i ett populärt turistmål. Det är också en berättelse om att bli utsatt för övergrepp i en kropp som inte känns som ens egen. Om att slå sig fri och börja leva sitt liv igen.

Läppstifterska. Dikter av Marisol M / Fredrik Ekelund (2020)

I centrum för Läppstifterskans dikter står författarens nyupptäckta transidentitet och erfarenheten av att plötsligt vara en annan, av att vara två.

Mannen i klänning av Kerstin Frii (2023)

Den första lättlästa boken i en serie om medarbetarna som arbetar på Pärlands dagliga verksamhet. Tim arbetar med kläder på Pärlands DV. En dag ser han en klänning med mycket glitter. Han vill så gärna prova att ha den på sig. Boken handlar om att få följa sina drömmar och vara sig själv. Den tar upp invanda mönster utifrån kön och kläder och känslor som väcks när man bryter mot normen. Boken vill lyfta frågor om könsnormer på ett tillgängligt och lättläst sätt.

Mannen som väntar av Léo Freyason (2024)

När den unge transmannen Franz år 2015 börjar sin utredning för könsdysfori vet han att vägen kommer att vara lång. Boken byggs upp av Franz dagboksanteckningar under 8 år. Från utredningen och den första delen av hans fysiska transition, mellan hopp och depression och genom år efter år av väntan på vård.

Min sexualitets historia av Tobi Lakmaker (2022)

Sofie tror först att hon faller för män. Sen tror hon att hon är lesbisk, men det är inte heller riktigt rätt. Hon har nyligen gått med i en samtalsgrupp för transgenderpersoner och fått nog av sådant som är snedvridet. En självbiografisk roman om Sofie som blir Tobi, som slutligen söker sig till vården för att få hjälp att bli lite mindre tjej och lite mer kille.

Nästan i mål. En komisk transition av Olivia Skoglund (2020)

En berättelse i serieformat om att genomgå en könstransition. Olivia ligger på divanen hos psykologen och berättar tragikomiska anekdoter ur sitt liv som transkvinna.

Roger och Rebecka av Karin Alfredsson (2020)

En roman som bland annat skildrar den hemliga kärleken mellan Vajlett och Rut i ett litet samhälle Västerbotten på 1950-talet. Se boken *Vajlett och Rut*.

Ruvujuk höna. En historia om önskan att ruva av Alicia Pena (2025)

En grafisk roman om ett lesbiskt pars väg till moderskap genom assisterad befruktning.

Saker som vi döljer av Laurie Frankel, (2017)

Rosie och Penn har fem söner. Den yngste sonen, Claude, älskar att leka prinsessa och drömmer om att bli en flicka. När åren går står det klart att det är mer än en lek. Vad gör man när man inser att ens barn är en transperson?

Taggig av Alva Skog (2025)

Boken är en serieroman om utanförskap och identitetsskapande. Vi följer Ellan, en 30-årig transperson, som kämpar med samhället, sin familj och kanske främst sig själv, för att hitta en plats i tillvaron. Berättelsen visar familjens och vännernas viktiga roll för transprocessen.

Transtillstånd av Zafira Vrba Woodski (2023)

Transtillstånd är från början ett stort konstprojekt som konstnären Zafira Vrba Woodski arbetat med sedan 2016. Projektet är baserat på material från Zafiras och andras transpersoners erfarenheter av att befinna sig i transtillstånd. Boken *Transtillstånd* samlar hela projektets innehåll i denna rikt illustrerade bok.

Unge Mungo av Douglas Stuart (2022)

En uppväxtskildring och en berättelse om maskulinitetens gränser som utspelar sig i Skottland på 1990-talet.

Uppdrag underliv! av Olivia Skoglund (2025)

En berättelse i serieformat om Olivia som är i slutet av tjugo-årsåldern och transkvinna. Hon har efter många års väntan fått en kallelse till sin underlivsoperation, som ska få henne att känna sig fulländad i sin transition. Bakom bokens skämt finns djupare tankar om vem man är, var man hör hemma och hur det känns när kroppen förändras.

Vajlett och Rut av Karin Alfredsson (2018)

Första delen i en historisk trilogi (1950-tal), som utspelar sig i en fireligiös by i Västerbotten. Boken handlar bland annat om lärarinnan Vajlett och postfröken Rut som blir förälskade i varandra. Se även de efterföljande böckerna *Roger och Rebecka* och *Valentin och Ketty*.

Valentin och Ketty av Karin Alfredsson (2023)

Den tredje boken i trilogin om Vajlett, Rut och byborna i Granträskåsen i Västerbotten. Vajlett är tillbaka i lärarbostaden där ensamheten är svårare än någonsin. Hon bor inte längre tillsammans med Rut, men nu vet hon hur livet kan vara för den som får dela sitt liv med någon hon älskar. Se även de föregående böckerna *Vajlett och Rut* och *Roger och Rebecka*.

För barn och unga

Faktaböcker och personliga berättelser

I mitt namn. En bok om att vara trans av Moa-Lina Olbers Croall (2016)

Målgruppen för boken är unga transpersoner eller unga som funderar över sin könsidentitet. Författaren riktar sig även till skolpersonal, föräldrar och andra som befinner sig i en transpersons närhet. I boken finns goda råd, fakta om rättigheter och personliga berättelser.

Fakta om HBTQ av Linnea Lundborg (2021)

En lättläst bok om vad bokstäverna HBTQ står för, vad det innebär att ”komma ut” och varför det finns prideparader.

Skönlitteratur

Det är jag som är Mickan! av Malin Nilsson, Vanessa López och Daniel Sjö (2015)

När Mickans familj flyttar ser hon sin chans. Nu ska hon äntligen leva som tjej. Kan Mickan dölja sin hemlighet tills hon själv vågar berätta? En berättelse om mod, vänskap och att våga vara sig själv. Hcg

George av Alex Gino (2016)

George högsta önskan är att få spela rollen som Charlotte i årets skolpjäs. Men det finns ett problem: alla andra tror att hon är en pojke. Men George vet att hon är en flicka. Tillsammans med sin bästa kompis hittar George på en plan för att både få spela Charlotte och berätta vem hon är på riktigt. Hcg

Golden boy av Abigail Tarttelin (2017)

Max är kapten i skolans fotbollslag. Han är populär bland både vänner och tjejer. Max avslutar alltid relationer innan de blir för seriösa. Han har en hemlighet som ingen ska få veta. När han blir förälskad i Sylvie vill han berätta, men hur gör man? Max hemlighet är att han är född intersex, alltså både kille och tjej. Den enda utanför familjen som vet sanningen är barndomsvännen Hunter. En kväll utsätter Hunter honom för en våldtäkt vilket leder till att Max börjar ifrågasätta hela sin identitet. Hcg,u

Heartstopper av Alice Oseman (2022 – 2026) Delarna 1 – 6

En bokserie om 6 delar om Nick och Charlie, som går på gymnasiet, och deras relation. Boken berör ämnen som hbtq+, kärlek, ätstörningar och olika former av relationer. För mellanstadieåldern och uppåt.

Hemma hos mormor och mormor av Sophie Hoffmann (2025)

En bilderbok och berättelse om transerfarenhet i en äldre generation. Boken skildrar ett varmt möte mellan generationer och bygger på egna erfarenheter.

Ingen vet egentligen vem jag är: baserad på verkliga samtal av Lina Axelsson Kihlblom och Anna Wiklund (2019)

Ett oskyldigt mejl och ett enkelt svar utvecklar sig till en hel historia. Hcg,u

Julia finns inte av Eva Salqvist (2017)

Vissa påstår att Julia är en tjej. Självt tycker hon inte att det är så viktigt även om hon känner sig mer som en kille. Men andra verkar tycka att det är väldigt viktigt och låter henne inte vara ifred. Julia skäms för sig själv till en dag då hon slutar att skämmas. Hcg

Månen, varelsen och jag av Ylva Karlsson & Sofia Falkenheim (2020)

Månne är varken kille eller tjej utan en hen. Det är hen trött på att ständigt behöva förklara. Hen är också trött på släktingar som kallar trans för trams, stora barn på skolgården som ställer dumma frågor och att välja kö efter om man är pojke eller flicka. Allt det där jobbiga som till slut lockar ut en läskig, slemmig varelse med röda ögon ur potatismoset. En varelse som vägrar att försvinna. Hcf

Om jag var din tjej av Meredith Russo (2016)

Sist Amanda pratade med sin pappa var hon en Andrew som kände sig fel i sin kropp. Det var sex år sedan. Nu är hon Amanda som behöver börja om i en ny skola och därför flyttar hon hem till pappan. Redan första dagen i nya skolan så får Amanda vänner. Hon möter också en kille som är intresserad av henne. Detta var inte vad pappa tänkt sig. Han som är så orolig för att hennes hemlighet ska komma ut. Kan man vara vänner på riktigt när man har en så stor hemlighet? Och hur är det med kärlek? Hce,u

Om vi bara kunde byta kroppar med varandra av Johanna Nilsson (2018)

Kung B bor i ett källarförråd. Förr hette han Bella, men det var aldrig han. Queen O kommer från Iran och gömmer sig. Hon har inte rätt att stanna i Sverige, men i Iran är det dödsstraff på att vara som hon, född i fel kropp. Hc,u

Rick av Alex Gino (2020)

Boken är en fristående uppföljare på George. Rick börjar i sjätte klass och går med i skolans regnbågsförening. En bok om att följa sin egen väg i livet, träffa nya människor och fundera över vilka som är ens vänner. Hcg

Sofia. Superspeciell av Marie Bosson Rydell (2020)

Det är något som skaver i Sofia. Hon har aldrig känt sig speciellt ”tjejig”. På senare tid så har det även känts konstigt att byta om i tjejnernas omklädningsrum. Ibland känns det i Sofia som att hon egentligen är en kille. Hcf

Vi skulle varit lejon av Line Baugstø (2020)

När Leona börjar i Malins klass så blir de sakta men säkert vänner. Men det är något med Leona har en hemlighet och när den avslöjas så känner Malin sig lurad. En bok om vänskap, klassrumshierarkier och att stå upp för vad som är rätt. Hcg

Filmer

Du ska nog se att det går över (2003)

En dokumentärfilm om tonårstjejjers lust, förbjudna känslor, rädsla och utanförskap och om att upptäcka att man är bi- eller homosexuell.

Min pappa Marianne (2020)

En film som bygger på boken *Min pappa Ann-Christine* av Ester Roxberg. Den berör ämnen som identitet, familj, acceptans och kärlek, baserad på en verklig persons erfarenheter av att leva som transperson.

The Danish girl (2016)

En filmatiserad berättelse om det gifta danska konstnärsparet Einar och Gerda Wegener i Köpenhamn på 1920-talet. När Einar klär ut sig till kvinna för en modellroll väcks en dold identitet till liv. Han börjar leva som Lili Elbe och genomgår en av historiens första könskorrigeringar operationer

Poddar

Prata om Det!

En podcast från RFSL Stockholm som leds av Suzann Larsdotter, sexolog och socionom. Fokus i podden ligger på samtycke, sex och trygghet för HBTQI-personer.

<https://rfslstockholm.se/prata-om-det-podden/>

Polyprat: om kärlek, känslor och kyssar

En podcast med Minna och Karin, vänner som båda lever i relationer utanför tvåsamhetsnormen. Samtal och diskussioner varvas med gäster, med fokus på polyrelationer.

<https://poddtoppen.se/podcast/1563486794/polyprat-om-karlek-kanslor-och-kyssar>

Regnbågspodden

En podcast med Lotta och Karin, barnmorskor som båda lever i regnbågsfamiljer. Samtal och diskussioner varvas med gäster, med fokus på HBTQI.

<https://poddtoppen.se/podcast/1610378526/regnbagspodden>

Vad är kön?

En podcast från Sveriges kvinnoorganisationer om olika perspektiv på kön, könsidentitet och genus.

<https://sverigeskvinnoorganisationer.se/vad-ar-kon/>