



KARLSTADS KOMMUN

**KULTUR- OCH FRITIDSFÖRVALTNINGEN**

**Öppen fritidsverksamhet**

Karlstad 2024-02-01

Fritidsknuten

# Hej!

Fritidsknutens verksamhet finns på:  
Brunnsgatan 9, 654 55 Karlstad.

Fritidsknuten är en mötesplats med extra stöd och vänder sig till dig som är  
16 år och uppåt.

Tänk på att stanna hemma vid symtom av sjukdom, tvätta händerna  
och håll bra avstånd

De som vill får gärna skicka sin mailadress till "fritidsknuten@karlstad.se" om  
man vill ha programbladet på mail istället. Då kan vi minska på  
pappersanvändningen för utskick

Följ oss gärna på Facebook! (Fritidsknuten) Om det skulle bli snabba  
förändringar så lägger vi ut det på Facebooksidan.

Telefonnummer och mail till personalen vid frågor, anmälan eller annat.

Fredrik

054-540 25 38

Annelie

054-540 25 39

[fritidsknuten@karlstad.se](mailto:fritidsknuten@karlstad.se)



# Februari 2024

Fritidsknutens öppettider  
måndag och onsdag: 17.00-20.30

## Vecka 6

### Måndag 5/2



### Yoga



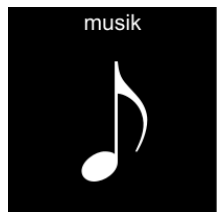
Klockan: 17.00-20.15 Café öppet.

Klockan 18.00 Yoga med Elisabeth

### Onsdag 7/2



**Trubadur: Michael Berglind De Backer**



Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00: Spelar

Michael Berglind De Backer

# Vecka 7

**Måndag 12/2**



**Pyssla med Hanna Ankarstrand**

Klockan: 17.00-20.15 Café öppet.



Klockan 18.00 Alla hjärtans pyssel  
med Hanna Ankarstrand

**Onsdag 14/2**

**Jakkolotturnering**



Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Säljer toast i cafét för 25 kr under kvällen

Klockan 19.00 Jakkolotturnering

# Vecka 8

**Måndag 19/2**

**Blandad quiz med Jonas**

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan 18.00: Jonas. A

håller i kvällens quiz

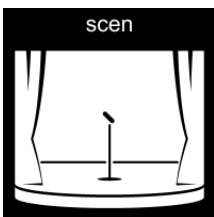


**Onsdag 21/2**

**Öppen scen**

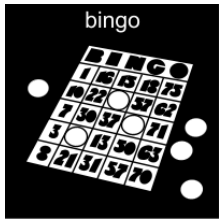
Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan 18.00 öppen scen



För de som vill framföra något på scenen  
för oss andra

# Vecka 9



**Måndag 26/2**

**Bingo**

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan 18.00 håller Rebecca. B  
i kvällens bingo.



**Onsdag 28/2**

**Karaoke**

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 Karaoke

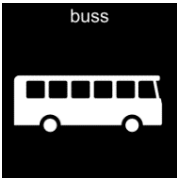
Jessica och Jan kommer och håller  
i karaoke under kvällen.





# Länsdanser under 2024

Då vi inte har tillgång till buss med rullstolsanpassning, behöver vi meddela att de som är i behov av detta behöver ta sig till länsdansen genom egen beställning av färdtjänst.



Övriga som åker med den stora länsdansbussen har fram till två dagar före dansen att anmäla sig.

Tänk på att avboka om ni blir sjuka eller får förhinder i god tid.

Tänk också på att beställa färdtjänst i god tid till och från Fritidsknuten vid länsdanserna, så ni får en taxi som passar med tiderna.

Adress: Brunnsgatan 9 65455 Karlstad

**Tiderna och kostnaderna gäller alla årets länsdanser förutom länsdanserna i Skoghall och Karlstad då buss utgår**

**Buss avgår från Fritidsknuten: klockan 16.00**

**Fritidsknutens adress: Brunnsgatan 9 654 55 Karlstad  
(Seniorernas Hus)**

**Åter Vid Fritidsknuten: ca klockan 22.00**

**Kostnad för buss: 150 kronor**

**Alla betalar för sin plats på bussen.**

**Inträde dans: 100 kronor kontant**



## 17 Februari: Lysvik, Bygdens hus

Musik: Stig Berits

Tid: 17.00-21.00

Inträde: 100 kronor kontant

**Buss avgår Kl 16.00** från Fritidsknuten: 150:-

## 22 Mars: Skoghall, Folkets hus

Musik: Björklundz Duo

Tid: 17.00-21.00

Inträde: 100 kronor kontant

**OBS: Ingen buss från Fritidsknuten till Skoghall i mars**

# PRISER I VÅRT CAFÉ

Vi tar kontanter, swish med QR-kod och betalkort i cafét.

<b>Kaffe/Te</b>	<b>15 kr</b>
<b>Dricka</b>	<b>10 kr</b>
<b>Festis</b>	<b>5 kr</b>
<b>Gobit/Bulle</b>	<b>15 kr</b>
<b>Smörgås</b>	<b>25 kr</b>
<b>Sandwich</b>	<b>15 kr</b>
<b>Stor chokladbit</b>	<b>10 kr</b>
<b>Liten chokladbit</b>	<b>5 kr</b>
<b>Chips</b>	<b>10 kr</b>