



KARLSTADS KOMMUN

KULTUR- OCH FRITIDSFÖRVALTNINGEN

Öppen fritidsverksamhet

Karlstad 2025-09-01

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.

Vi tar kontanter, swish med QR kod och betalkort. 😊

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

Fritidsknuten/Seniorernas Hus

Mån och Ons 11.30-21.30

054-540 58 39

fritidsknuten@karlstad.se

Annelie

Mån och Ons 11.30-21.30

054-540 25 39



September 2025

Fritidsknutens öppettider
måndag och onsdag: 17.00-20.30

Vecka 36

Måndag 1/9

Per & Thomas

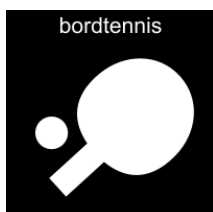


Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 Per & Thomas
sjunger och spelar för oss

Onsdag 3/9

Pingis med Samuel



Klockan: 17.00-20.15 Café öppet.

Klockan 18.00 Pingis

Vecka 37

Måndag 8/9

Pyssla med Hanna. A

Klockan: 17.00-20.15 Café öppet.

Klockan 18.00 Pyssla med Hanna

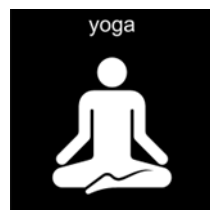


Onsdag 10/9

Yoga

Klockan: 17.00-20.15 Café öppet.

Klockan 18.00 Yoga med Elisabeth



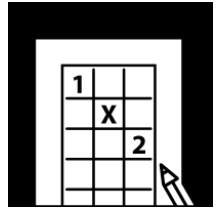
Vecka 38

Måndag 15/9

Quiz

Klockan:17.00-20.15 Café öppet.

Klockan:18.00 Quiz



Onsdag 17/9

3-Kamp

Klockan:17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan 18.00 3-kamp

Vinnare utses efter 3-kampens slut



Vecka 39

Måndag 22/9

Jakkolo

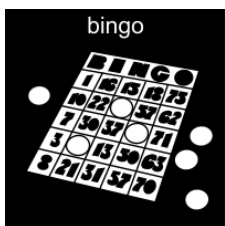


Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan 18.00 Jakkolo

Onsdag 24/9

Bingo



Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 håller Rebecka

i kvällens bingo

Vecka 40

Måndag 29/9

Sång & musik med Frippe

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

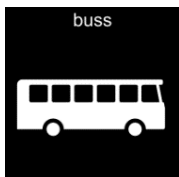
Klockan 18.00 Frippe underhåller
oss med sång och musik





Länsdanser under 2025

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 21.30

Kostnad för buss: 150 kronor

Alla betalar för sin plats på bussen.

Inträde dans: 100 kronor kontant (alla tar inte swich eller kort så vi rekommenderar att ha med kontanter)



Ingen länsdans i september

4 Oktober: Filipstad

**Filipstads folketshus
Viktoriagatan 8, Filipstad**

Musik: Patrasket

Tid: 17.00-20.30

Inträde: 100 kronor kontant

Buss från Fritidsknuten: 150: -

PRISER I VÅRT CAFÈ

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

Kaffe/Te	20:-
Dricka	15:-
Festis/Smakis	10:-
Kondisbit	15:-
Skumraket	15:-
Liten kaka	5:-
Sandwich	20:-
Kexchoklad	10:-
Liten choklad	5:-
Chips	15:-
Smörgås	25:-
❖ <i>Leverpastej & smörgåsgurka</i>	
❖ <i>Skinka & ost</i>	
❖ <i>Kokt/stekt ägg & kaviar (om man vill ha)</i>	