

KARLSTADS KOMMUN

KULTUR- OCH FRITIDSFÖRVALTNINGEN

Öppen fritidsverksamhet

Karlstad 2025-10-01

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. 😊

**Tänk på att vi har höjt priserna i cafét från 1 sep,
Så ni som skickar med våra besökare pengar för kvällen får gärna kolla
prislistan sist i bladet.**

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



Oktober 2025

Fritidsknutens öppettider
måndag och onsdag: 17.00-20.30



Vecka 40

Onsdag 1/10

Quiz

Klockan 17.00-20.15 Café öppet.

Klockan 18.00 Quiz



Fredag 3/10

Yatzy Turnering

Klockan:17.00-20.15 Café öppet

Klockan:18.00 Yatzy turnering





Vecka 41

Måndag 6/10

Sång & musik med Johan Lönnstam

Klockan:17.00-20.15 Café öppet

Klockan:18.00 Johan Lönnstam underhåller oss
i kväll med sång och musik



Onsdag 8/10

Pyssel

med Hanna Ankarstrand

Klockan 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan 18.00 Pyssel

Vecka 42

Måndag 13/10

Yoga

Klockan 17.00-20.15 Café öppet.

Klockan 18.00 Yoga med Elisabeth

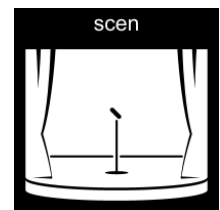


Onsdag 15/10

Öppen scen

Klockan 17.00-20.15 Café öppet.

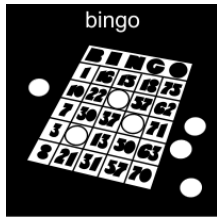
Klockan 18.00: Öppen scen



Vecka 43

Måndag 20/10

Bingo



Klockan: 17.00-20.15 Café öppet.

Klockan: 18.00 Bingo med Rebecca. B

Onsdag 22/10

Jakkolo



Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 Jakkolo

Vecka 44



Måndag 27/10

★ **Stjärnorna** ★

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 återkommer Ia med ”Stjärnorna” och har en dansuppvisning för oss. Det kommer även vara möjligt att pröva på för den som vill.



Onsdag 29/10

3 - Kamp

Klockan 17.00-20.15 Café öppet

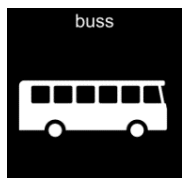
Klockan 18.00 3-kamp



Länsdanser 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 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 (inte alla som tar swish eller kort så vi rekommenderar att ha med kontanter)



4 Oktober: Filipstads Folketshus, Viktoriagatan 8

Musik: Patrasket

Tid: 17.00-20.30

Inträde: 100 kronor kontant

Buss från Fritidsknuten: 150: -

8 November: Grums-Gruvan Folketshus, Sveagatan118

Musik: DJ Froggy med vänner

Tid: 17.00-20.30

Inträde: 100 kronor kontant

Buss från Fritidsknuten: 150: -

13 December: Karlstad/ Mariebergsskogen Holken Treffenbergsvägen.

Musik: Sandins

Tid: 17.00-20.30

Inträde: 100 kronor kontant

OBS: Ingen buss från Fritidsknuten den 15 dec

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	15:-
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>	