



KARLSTADS KOMMUN

**KULTUR- OCH FRITIDSFÖRVALTNINGEN**

**Öppen fritidsverksamhet**

Karlstad 2026-02-01

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.

Annelie Karlsson  
Samuel Djerw  
Ako Palanijafi  
Jonas Kristiansson

054-540 58 39  
054-540 25 39



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

# Februari 2026

Fritidsknutens öppettider

måndag, onsdag och en fredag i månaden:

17.00-20.30

## Vecka 6

Måndag 2/2

Jakkolo



Klockan: 17.00-20.15 Café öppet.

Klockan: 18.00 Jakkolo

Onsdag 4/2

Yoga



Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 Yoga med Elisabeth



# Vecka 7



**Måndag 9/2**

**Bowling på Nintendo**

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 Bowling på storbild



**Onsdag 11/2**

**3-kamp**

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

18.00: Trekamp

# Vecka 8

**Måndag 16/2**



**Akvarellmålning med Siv Persson**

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 Siv visar på hur  
akvarellmålning kan gå till,  
för de som vill.

**Onsdag 18/2**



**Quiz**

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 Quiz

# Vecka 9



**Måndag 23/2**

**Sång och musik**

**We4you**

**med Andreas Jonsson**

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 spelar We4you

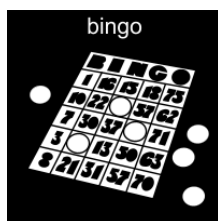


**Onsdag 25/2**

**Bingo**

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan:18.00 Bingo



**Fredag 27/2**

**Dart**

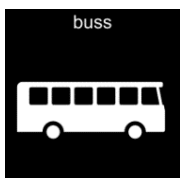
Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan:18.00 Dart



# Länsdanser 2026

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 22.00**

**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)**



## **28 Februari: Sunne/Lysvik**

**Stationsvägen 3 Lysvik**

**Musik: Stig-Berits**

**Tid: 17.00-21.00**

**Inträde: 100 kronor swish och kontanter**

**Buss från Fritidsknuten: 150: - Anmälan krävs**

## **14 Mars: Skoghall**

**Skogåsvägen 3 Skoghall**

**Musik: Björklunds Duo**

**Tid: 17.00-21.00**

**Inträde: 100 kronor swish och kontanter**

**OBS: Ingen buss till Skoghall**

# PRISER I VÅRT CAFÈ

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

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