



KARLSTADS KOMMUN

KULTUR- OCH FRITIDSFÖRVALTNINGEN

Öppen fritidsverksamhet

Karlstad 2026-09-01

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.

Annelie Karlsson
Samuel Djerw
Tuva Reuter
Jonas Kristiansson

054-540 58 39

054-540 25 39

fritidsknuten@karlstad.se



September 2026

**Fritidsknutens öppettider
måndag och onsdag: 17.00-20.30**

Vecka 36

Onsdag 2/9



**Träffa Helen som har med sin ödlor,
Wilmer, Wiwianne & Wintra**

Klockan: 17.00-20.15 Café öppet.

Klockan 18.00 Ödleträff



Vecka 37



Måndag 7/9

Yoga

Klockan:17.00-20.15 Café öppet.

Klockan 18.00 Pyssla med Hanna



Onsdag 9/9

Karaoke

Klockan:17.00-20.15 Café öppet.

Klockan 18.00 Karaoke
med Jessica & Jan



Fredag 11/9

Fritt spel

Klockan:17.00-20.15 Cafét öppet

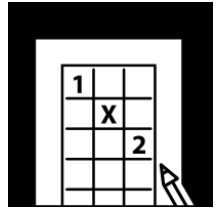
Vecka 38

Måndag 14/9

Quiz

Klockan:17.00-20.15 Café öppet.

Klockan:18.00 Quiz



Onsdag 16/9

3-Kamp

Klockan:17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan 18.00 3-kamp

Vinnare utses efter 3-kampens slut



Vecka 39

Måndag 21/9

Jakkolo



Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan 18.00 Jakkolo

Onsdag 23/9

Musik med Per & Thomas

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 Per & Thomas

underhåller oss med sång & musik



Vecka 40

Måndag 28/9

Nitendo Bowling med Samuel

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan 18.00 Bowling



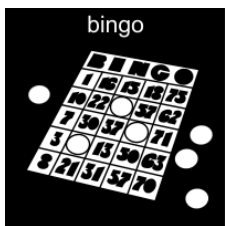
Onsdag 30/9

Bingo

Klockan: 17.00-20.15 Cafét öppet

Klockan: 18.00 håller Rebecka

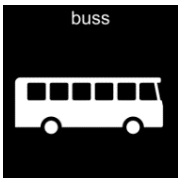
i kvällens bingo





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)



**12 september: Säffle Medborgarhuset
Magasinsgatan 2, Säffle.**

Musik: Pia Pihlgrens

Tid: 17.00-21.00

Inträde: 100 kronor kontant

**3 oktober: Filipstad Folketshus
Viktoriagatan 8, Filipstad.**

Musik: Patrasket

Tid: 17.00-21.00

Inträde: 100 kronor kontant

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:-
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>	