

# ZONA 60

PROGRAMA D'ACTIVITATS 2025 · GENER - MARÇ

696 69 80 11 | Rambla d'Ègara, 340. Terrassa

[lafact.cat/zona60](https://lafact.cat/zona60)



A través d'activitats individuals, grupals i comunitàries desenvolupem diversos programes amb objectius diferenciats per cadascun d'ells.

- **PROGRAMA MOU LA MENT**

Activitats per afavorir l'estimulació cognitiva potenciant el desenvolupament i les connexions neuronals.

- **PROGRAMA MOU EL COS**

Treballem per prevenir la pèrdua progressiva de capacitats funcionals i la tendència al sedentarisme mitjançant l'exercici físic.

- **PROGRAMA FEM XARXA**

Facilem suport social i potenciem la interacció amb l'entorn comunitari, contribuint al benestar general i prevenint l'aïllament social.

- **PROGRAMA EMOCIONS EN PLENITUD**

Activitats orientades a millorar la salut emocional, augmentar l'autoestima, reduir l'estrès i augmentar el benestar general.

- **PROGRAMA CONNECTANT GENERACIONS**

Promovem la interacció i l'intercanvi de coneixements i experiències entre grups de persones de diferents edats, obtenint beneficis per ambdues parts.

- **PROGRAMA ENFORTINT DONES SÀVIES**

Tenim com a objectiu principal apoderar a les dones, oferint eines, oportunitats i un espai segur perquè puguin desenvolupar el seu potencial, millorar la qualitat de vida i contribuir activament a la comunitat.

- **PROGRAMA TEMPS PER SABER**

Oferim l'oportunitat d'adquirir nous coneixements sobre temes socials i de la vida en general, promovent l'aprenentatge continu i l'estimulació mental.

- **PROGRAMA FEM CULTURA**

La cultura és una eina molt útil per a promoure l'envelliment actiu de les persones. Et proposem gaudir del temps de lleure d'una manera satisfactòria compartint experiències i participant activament en la societat.

- **PROGRAMA VIDA AMB SENTIT**

Treballem per a la prevenció de la solitud donant una xarxa de relacions socials i d'oportunitats de trobada i companyia a la persona.

- **PROGRAMA EL TALENT DE L'EXPERIÈNCIA**

Fem valdre i potenciem l'experiència de les persones de més de 60 anys, contribuint a la millora de la societat a través de la transmissió dels seus coneixements i valors.

- **TRENCANT LA BRETXA DIGITAL**

Apoderem les persones perquè puguin utilitzar les eines digitals de manera autònoma i segura. Assegurem que les persones tinguin les mateixes oportunitats d'accés i aprenentatge. Fomentem la confiança en les pròpies capacitats digitals, permetent se sentin més segures i menys dependents d'altres.

- **PROGRAMA DIVULGUEM**

Neix amb la voluntat de sensibilitzar la població sobre aquesta etapa de la vida, des d'una perspectiva integral que reconegui tant les seves oportunitats com els seus reptes.



## Normativa de les activitats

### PERSONES AMB L'APP DELS AMICS DE LaFACT

- Podreu gaudir els primers de les noves activitats i dels descomptes que es vagin fent durant l'any.
- Cal avisar amb 15 dies d'antelació per cursar la baixa de les activitats. En cas de fer-ho fora de termini s'haurà d'abonar la mensualitat completa.
- Un cop reserves la teva plaça, no podem retornar-te els diners.

### PERSONES SENSE L'APP DELS AMICS DE LaFACT

- Recorda que per rebre tota la informació que us enviem, has de gravar el nostre número de telèfon al teus contactes.
- Cal avisar amb 15 dies d'antelació per cursar la baixa de les activitats. En cas de fer-ho fora de termini s'haurà d'abonar la mensualitat completa.
- Tipus de pagament: es pot realitzar en efectiu, targeta, transferència o domiciliació bancària.
- Un cop reserves la teva plaça, no podem retornar-te els diners.
- Pel bon funcionament de les activitats, totes aquelles que siguin de pagament mensual periòdic, hauran d'estar domiciliades i s'abonarà el preu d'aquesta sempre que es vulgui mantenir la plaça encara que no hi hagi assistència.
- Recorda que per rebre tota la informació que us enviem, has de gravar el nostre número de telèfon al teus contactes.
- **Aquelles persones que no tenen l'App Amics de LaFACT hauran de pagar el preu indicat com a « sense App » assumint per tant, un increment de 3€.**



### TALLER DE MEMÒRIA

Preservem i estimulem al màxim les funcions cognitives com la memòria, l'orientació en el temps i l'espai i dotar així d'autonomia a la persona. Els grups es faran en funció de les capacitats cognitives dels participants.

- 📅 Dimarts o dijous  
Grup 1 i 3: De 10 a 11'15h | Grup 2 i 4: De 11'30 a 12'45h
- 📍 Rambla d'Ègara, 340
- € 25 euros / trimestre (App)
- € 28 euros / trimestre (sense App)

### CLUB DE LECTURA

Comentarem, intercanviarem opinions i fomentarem les relacions personals a través de la lectura d'un mateix llibre. Dinamitzat per l'escriptora Berta Pichel.

- 📅 Un dimecres al mes d'11 a 12'30h
- 📍 Rambla d'Ègara, 340
- € 3 euros / sessió (App)
- € 6 euros / sessió (sense App)













## BALLS EN LÍNIA

Vine a ballar amb un monitor coreografies fàcils i divertides, sense necessitat de portar parella.

-  Dimarts d'11 a 12h
-  Rambla d'Ègara, 340
-  16 euros / mes (App)  
1 cop a la setmana
-  Dimecres d'11 a 12h
-  19 euros / mes (sense App)  
1 cop a la setmana
-  Dimecres de 17'30 a 18'30h

## FISIOTERÀPIA PERSONALITZADA

Mantenir-se actiu és fonamental per la nostra salut, però de vegades el nostre cos pateix alteracions que ens ho dificulta. Pateixes alguna lesió, dolor o malaltia que limita la teva autonomia? Truca'ns i demana cita. Nosaltres t'ajudarem.





-  Dia i hora a convenir
-  Fisioteràpia LaFACT  
Campiones Olímpiques, 36
-  25,50 euros (App)  
(sessió de 30')
-  28,50 euros (sense App)  
(sessió de 30')



## IOGA





### IOGA INICIACIÓ

Connectem el cos i la respiració per relaxar el sistema nerviós. Treballarem la força, la mobilitat, la flexibilitat i l'equilibri des de l'autocura i l'autoescolta. Tot respectant el ritme individual de cadascú.

-  Dimarts de 18 a 19 h
-  48 euros / mes (App)
-  C/ Sant Gaietà, 55
-  51 euros / mes (sense App)

### IOGA RESTAURATIU

Classes de ioga dirigides a disminuir el dolor mitjançant l'equilibri del sistema nerviós i a restaurar l'harmonia del cos.

-  Dilluns o dimecres  
de 9 a 10 h
-  48 euros / mes (App)
-  C/ Sant Gaietà, 55
-  51 euros / mes (sense App)





### MEDITACIÓ

Pràctica que combina la consciència plena o mindfulness amb la tradició del ioga, centrant-se en la connexió ment-cos i proporcionant calma i equilibri emocional.

-  Dimecres  
de 7'45 a 8'45 h
-  48 euros / mes (App)
-  C/ Sant Gaietà, 55
-  51 euros / mes (sense App)

### IOGA FLOW

Pràctica que combina la consciència plena o mindfulness amb la tradició del ioga, centrant-se en la connexió ment-cos i proporcionant calma i equilibri emocional.

-  Dimecres de 17 a 18h
-  48 euros / mes (App)
-  C/ Sant Gaietà, 55
-  51 euros / mes (sense App)



## RUTES HISTÒRIQUES

### LA CATEDRAL DEL SANT ESPERIT, CINC SEGLES D'ART I HISTÒRIA

Descobreix la història i les joies artístiques de la Basílica del Sant Esperit, la catedral de Terrassa des del 2004. Situada a la plaça Vella, aquest temple del segle XVI és successor del bisbat d'Ègara, construït al segle V. Vine a conèixer el seu passat i el patrimoni que s'hi respira en cada racó!

#### Inclou guia i tastet gastronòmic

-  31 de gener de 10'30 a 12'30h  15 euros (App)  Plaça Vella, davant de l'entrada de la basílica.  
 18 euros (sense App)

### BLANCA I SAURINA, CASTLANES DE TERRASSA

Saurina de Terrassa i Blanca de Centelles, mare i filla, van ser les últimes hereves del llinatge dels Terrassa i dones il·lustres de la vila medieval. Recorrerem els seus escenaris i descobrirem quin paper van tenir en el govern de la Terrassa medieval i com van sobreviure en un món d'homes fent coses excepcionals per a la seva època.

#### Inclou guia i tastet gastronòmic

-  28 de febrer de 10 a 12'30h  15 euros (App)  Castell Cartoixa de Vallparadis  
 18 euros (sense App)

### EL JARDÍ DE LA MEMÒRIA

El Cementiri de Terrassa és un espai únic que combina patrimoni natural, històric, artístic i cultural. La visita guiada d'aquest jardí de la memòria permet descobrir obres d'artistes i arquitectes destacats de la ciutat, la història local i les figures importants que hi reposen. A més, el Cementiri és membre de l'Associació Europea de Cementiris Significatius i forma part de la Ruta Europea de Cementiris.

#### Inclou guia i tastet gastronòmic

-  28 de març de 10'30 a 12'30h  15 euros (App)  Entrada del Cementiri Municipal de Terrassa (Crta. Montcada, 789. Accés vehicle particular o bus urbà L1 i LH)  
 18 euros (sense App)

## SORTIDES DE TOT EL DIA

### L'ENCANT DEL MONESTIR DE SANT CUGAT

Acompanya'ns en aquesta sortida única al majestuós Monestir de Sant Cugat, una joia del romànic català amb més de mil anys d'història. Explorarem el seu impressionant claustre i coneixerem els secrets d'aquest emblemàtic espai cultural. Després, gaudirem d'un dinar deliciós.

#### Inclou guia del monestir i dinar

-  15 de gener de 9 a 17h  40 euros (App)  Ferrocarrils de la Generalitat parada Estació del Nord (no inclou transport)  
 43 euros (sense App)

### BANYOLES, TRESORS DE LA PREHISTÒRIA

Viatgem set mil anys enrere al jaciment neolític de la Draga, un dels més importants de la prehistòria europea. Descobrirem eines de fusta, ceràmica i objectes en perfecte estat de conservació. Gaudirem també de la recreació de cabanes i participarem en una demostració d'encesa de foc! Per acabar, visitarem el centre històric de Banyoles i el Museu Arqueològic Comarcal per veure la seva valuosa col·lecció neolítica.

#### Inclou autocar, guia i dinar

-  14 de febrer de 8 a 18h  65 euros (App)  Parada Bus Rambla d'Ègara, 340  
 68 euros (sense App)

### ARBECA. TERRITORI D'OLI I D'IBERS

Uneix-te a la tradició de l'oli arbequí amb una experiència immersiva al cor de l'oli català, des de l'antiguitat fins als nostres dies. Començarem visitant la fortalesa dels Vilars d'Arbeca, un dels jaciments ibèrics més ben conservats d'Europa. Després veurem un molí i premses antigues a l'emblemàtic edifici modernista de la Cooperativa Arbequina i acabarem la ruta amb un tast d'olis arbequins Premium amb D.O Oli de Les Garrigues.

#### Inclou autocar, guia i dinar





-  14 de març de 8 a 18h  65 euros (App)  Parada Bus Rambla d'Ègara, 340  
 68 euros (sense App)



## SORTIDES DE MIG DIA

### ANELLA VERDA

Caminarem per la finca de Ca n'Amat de la Muntanya, creuarem la riera de Gaià i gaudirem de paisatges agrícoles i forestals, amb vistes espectaculars a Sant Llorenç del Munt i altres indrets emblemàtics dels voltants de Terrassa. Al llarg del recorregut, descobrirem masies històriques com Ca n'Amat, Can Font de Gaià i Can Cardús.

-  20 de març. De 9'30 a 12'30h
-  14 euros (App)
-  17 euros (sense App)
-  Rotonda - carretera de Rellinars amb Avinguda de les Arts







## Programa Fem xarxa



### CAFÈ TERTÚLIA

Trobem-nos al voltant d'una taula, prenent un te o un cafè, i establim vincles i relacions socials tot conversant sobre temes d'actualitat i d'interès pels assistents. **Inclou un cafè, una pasta i un professional de moderador.**

-  Dimecres quinzenalment
-  3 euros (App)
- Grup 1 de 10 a 11'15h | Grup 2 d'11'30 a 12'45h
-  Rambla d'Ègara, 340
-  6 euros (sense App)

### DINEM JUNTS

Moments de dinars compartits. Vine a passar una estona dinant i coneixent altres persones de la teva mateixa edat.

-  Cada tercer dimarts de mes de 13'30 a 15'30h
-  A determinar el lloc i el preu del menú







## LECTURES PER A LA REFLEXIÓ

Llegim contes, textos i històries que ens porten a reflexionar i a debatre temes de caràcter social i emocional. Guiat per una persona experta que convida a la participació.

- Un divendres al mes de 10'30 a 12h
- 3 euros / sessió (App)
- 6 euros / sessió (sense App)
- Rambla d'Ègara, 340

## CREIXEMENT PERSONAL

Potenciarem les competències emocionals per augmentar el benestar integral de la persona fent un procés de desenvolupament educatiu, continu i permanent.

- Dilluns d'11 a 13h
- 25 euros / mes (App)
- 28 euros / sessió (sense App)
- Rambla d'Ègara, 340

## ACOMPANYAMENT EMOCIONAL PERSONALITZAT

Si et sents desconnectat o preocupat, o si notes que no estàs bé però no saps per què, aquí trobaràs un espai segur per parlar i explorar les teves inquietuds. T'oferim un suport individual per ajudar-te a treballar cap al teu benestar emocional, fer que et sentis millor i acompanyar-te en aquest camí.

- Dia i hora a convenir
- 42 euros / mes (App)
- 45 euros / sessió (sense App)
- Rambla d'Ègara, 340



## ESMORZAR DE DONES

Vols venir a esmorzar amb altres dones? Podràs gaudir d'un ambient acollidor i de xerrades enriquidores i a més a més, tindràs l'oportunitat de connectar amb altres dones creant llaços d'amistat i de suport mutu. Vine a fer un cafè!

- 1 divendres al mes De 9'30 a 10'30h
- 3 euros / sessió (App)
- 6 euros / sessió (sense App)
- Rambla d'Ègara, 340

## ENTRE DONES

Connectant experiències, creant futur! Comparteix, aprèn i creix amb altres dones. Una oportunitat perfecta per crear vincles entre dones de diferents generacions, joves i adultes i intercanviar coneixements i experiències. Aquestes trobades seran una font d'enriquiment mutu i ens aportaran valor i saviesa a totes les participants.

- Dilluns quinzenalment De 15'15 a 16'15h
- Gratuït
- Rambla d'Ègara, 340





## BRODATS CREATIUS

Deixa volar la teva imaginació i transforma simples fils en autèntiques obres d'art. Aprenderàs tècniques úniques i modernes de brodat mentre dones vida a peces. Una experiència relaxant, plena de color i estil! Ideal per a principiants o per als qui volen perfeccionar el seu art. No necessites experiència, només ganes de crear!

 De dilluns a dissabte  
De 9'30 a 12'30 h

 Segons el taller

 Carrer Sant Gaietà, 76

Tallers:

### 1. Brodat creatiu i pintura de roba marina.

Dilluns 20 de gener de 9'30 a 12'30 h  
Preu: 28€ (App) | 31€ (sense App)

### 2. Brodat creatiu, il·lustració noia.

Dilluns 24 de febrer de 9'30 a 12'30 h  
Preu: 28€ (App) | 31€ (sense App)


### 3. Brodat creatiu, il·lustració noia.


Dissabte 29 de Març de 9.30 a 12.30 h  
Preu: 32€ (App) | 35€ (sense App)





## SABONS NATURALS

Descobreix el món de la cosmètica natural i artesanal creant els teus propis sabons. Elaborarem sabons i productes per a la pell i el cabell amb ingredients ecològics, de proximitat i totalment lliures de químics i silicones. Cuidaràs de tu i del planeta.

 Un divendres al mes  
De 17'30 a 20'30h

 Preu: 45€ per taller i si agafes més d'un taller 40€ (App)

 Carrer Sant Gaietà, 76

 Preu: 48€ per taller i si agafes més d'un taller 43€ (sense App)

Tallers:

### 1. Creació xampú sòlid. Divendres 17 gener

### 2. Creació sabó. Divendres 14 de febrer

### 3. Creació cremes. Divendres 14 de març

## L'ART DE MACRAMÉ

Crea amb les teves pròpies mans. En aquest taller descobriràs les bases del macramé mentre gaudeixes d'una experiència creativa única.

 Un divendres al mes  
De 9'30 a 13h

 Segons el taller

 Carrer Sant Gaietà, 76

Aprenderàs a fer nusos, quins són els diferents tipus de cordes i els suports. Crearem projectes únics, com penjadors de plantes, murals i molt més! Cada taller té el seu preu

Tallers:

### 1. Iniciació a la tècnica del macramé.

Divendres 10 de Gener.  
Preu: 31€ (App) | 34€ (sense App)

### 2. Creació d'un petit mirall.

Divendres 7 de Febrer.  
Preu: 31€ (App) | 34€ (sense App)

### 3. Creació d'un gerro o un portaespelmes de macramé.

Divendres 7 de març.  
Preu: 43€ (App) | 46€ (sense App)



## MONOGRÀFICS DE DIBUIX I PINTURA

Crea amb les teves pròpies mans. En aquest taller descobriràs les bases del macramé mentre gaudeixes d'una experiència creativa única. Cada taller té el seu preu.



Un divendres al mes  
De 9'30 a 12'30 h



Segons el taller



Ubicació indicada al taller

Tallers:

### 1. Iniciació al paisatge amb pintura acrílica.

Divendres 24 de gener.

Preu: 28€ (App) | 31€ (sense App)

C/ Sant Gaietà, 76.

### 2. Iniciació al retrat amb aquarel·la.

Divendres 21 de febrer.

Preu: 28€ (App) | 31€ (sense App)

Rambla d'Ègara, 340. Cal enviar fotografia abans.

### 3. Decoupage sobre diferents superfícies (tèxtil, vidre, fusta i espelmes)

Divendres 21 de març.

Preu: 32€ (App) | 35€ (sense App)

C/ Sant Gaietà, 76.



# ZONA 60

T'acompanyem com a persona que vol formar part de la societat i participar-hi de manera activa. Alhora, t'encoratgem perquè construeixis el teu propi estil de vida, decidint com vols viure i ocupar el teu temps.



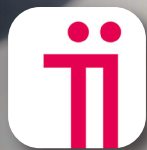
# ii LaFACT

FACTORIA  
SOCIAL  
DE TERRASSA

## DESCARREGA'T L'APP AVUI MATEIX!

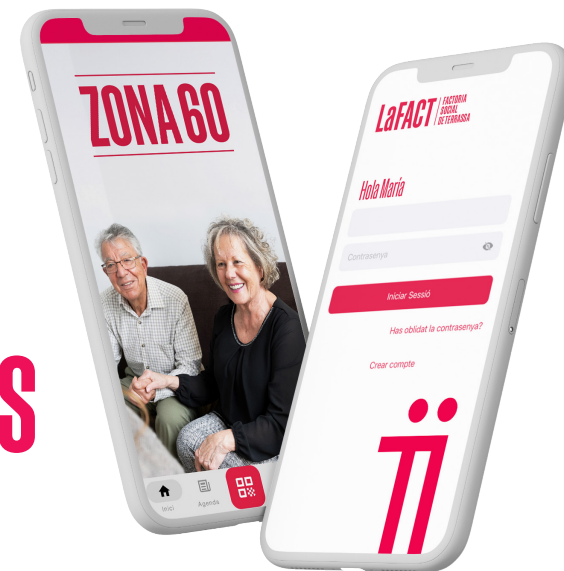


### ZONA 60



Ser Amic de LaFACT  
vol dir generar impacte  
social mentre gaudeixes  
d'un munt d'avantatges!

# FES-TE AMIC DE LaFACT I ACCEDEIX A AVANTATGES EXCLUSIUS!



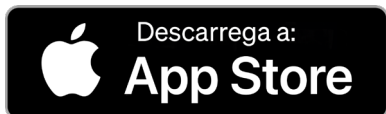
## Descobreix tot el que t'oferim per Zona 60 amb l'APP Amics de LaFACT:

- Veure tota la **programació trimestral**.
- **Apuntar-vos abans que ningú** a les activitats.
- Descobrir en exclusiva les **novetats** sobre Zona 60.

### Altres avantatges:

- **Descomptes** permanents i exclusius en productes i serveis de LaFACT: espectacles, plantes, rentats de cotxe i molt més!
- **Promocions** úniques només per Amics.
- **Invitacions** per a esdeveniments i activitats de LaFACT.

**Formaràs part d'un projecte social al servei  
de les persones amb discapacitat intel·lectual,  
la gent gran i la cultura!**



Tens dubtes?  
[adminamics@lafact.cat](mailto:adminamics@lafact.cat)

# GENER

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge	
		1	2	3	4	5	
6	7	8 7'45 h loga & meditació 9 h loga restauratiu 11 h Balls en línia 17 h loga Flow 17'30 h Balls en línia	9	10 9'30 h Esmorzar de dones 9'30 h L'art de macramé	11	12	
9 h loga restauratiu 11 h Creixement personal 15'15 h Entre dones 18 h loga iniciació	13	14	15	16	17	18	19
9 h loga restauratiu 9'30 h Brodats 11 h Creixement personal 18 h loga iniciació	20	21	22	23	24	25	26
9 h loga restauratiu 11 h Creixement personal 15'15 h Entre dones 18 h loga iniciació	27	28	29	30	31		
9 h loga restauratiu 11 h Creixement personal 15'15 h Entre dones 18 h loga iniciació	27	28	29	30	31		



# FEBRER

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
					1	2
9 h loga restauratiu <b>3</b> 11 h Creixement personal 18 h loga iniciació	<b>4</b> Grup A: 10 h / B: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia	7'45 h loga & meditació 9 h loga restauratiu <b>5</b> 11 h Balls en línia 11'30 h Cafè tertúlia 17 h loga Flow 17'30 h Balls en línia	<b>6</b> Grup A: 10 h / B: 11'30 h Tallers de memòria	<b>7</b> 9'30 h Esmorzar de dones 9'30 h L'art de macramé	<b>8</b>	<b>9</b>
9 h loga restauratiu <b>10</b> 11 h Creixement personal 15'15 h Entre dones 18 h loga iniciació	<b>11</b> Grup A: 10 h / B: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia	7'45 h loga & meditació 9 h loga restauratiu <b>12</b> 11 h Club de lectura 11 h Balls en línia 17 h loga Flow 17'30 h Balls en línia	<b>13</b> Grup A: 10 h / B: 11'30 h Tallers de memòria	<b>14</b> 8 h Sortida: Banyoles 17'30 h Taller sabons	<b>15</b>	<b>16</b>
9 h loga restauratiu <b>17</b> 11 h Creixement personal 18 h loga iniciació	<b>18</b> Grup A: 10 h / B: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia 13'30 h Dinem Junts	7'45 h loga & meditació 9 h loga restauratiu <b>19</b> 11 h Balls en línia 11'30 h Cafè tertúlia 17 h loga Flow 17'30 h Balls en línia	<b>20</b> Grup A: 10 h / B: 11'30 h Tallers de memòria	<b>21</b> 9'30 h Pintura acrílica 10'30 h Lectures per a la reflexió	<b>22</b>	<b>23</b>
9 h loga restauratiu <b>24</b> 9'30 h Brodats 11 h Creixement personal 15'15 h Entre dones 18 h loga iniciació	<b>25</b> Grup A: 10 h / B: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia	7'45 h loga & meditació 9 h loga restauratiu <b>26</b> 11 h Balls en línia 17 h loga Flow 17'30 h Balls en línia	<b>27</b> Grup A: 10 h / B: 11'30 h Tallers de memòria	<b>28</b> 10 h Ruta històrica: Blanca i Saurina	<b>29</b>	<b>30</b>

# MARÇ

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
					1	2
9 h <b>loga restauratiu</b> <b>3</b>  11 h <b>Creixement personal</b>  18 h <b>loga iniciació</b>	<b>4</b>  Grup A: 10 h / B: 11'30 h <b>Tallers de memòria</b>  11 h <b>Balls en línia</b>	7'45 h <b>loga &amp; meditació</b> <b>5</b> 9 h <b>loga restauratiu</b> 11 h <b>Balls en línia</b> 11'30 h <b>Cafè tertúlia</b> 17 h <b>loga Flow</b> 17'30 h <b>Balls en línia</b>	<b>6</b>  Grup A: 10 h / B: 11'30 h <b>Tallers de memòria</b>	<b>7</b>  9'30 h <b>Esmorzar de dones</b>  9'30 h <b>L'art de macramé</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
9 h <b>loga restauratiu</b> <b>10</b> 11 h <b>Creixement personal</b> 15'15 h <b>Entre dones</b> 18 h <b>loga iniciació</b>	<b>11</b>  Grup A: 10 h / B: 11'30 h <b>Tallers de memòria</b>  11 h <b>Balls en línia</b>	7'45 h <b>loga &amp; meditació</b> <b>12</b> 9 h <b>loga restauratiu</b> 11 h <b>Club de lectura</b> 11 h <b>Balls en línia</b> 17 h <b>loga Flow</b> 17'30 h <b>Balls en línia</b>	<b>13</b>  Grup A: 10 h / B: 11'30 h <b>Tallers de memòria</b>	<b>14</b>  8 h <b>Sortida: Arbeca</b>  17'30 h <b>Taller cremes</b>	<b>15</b>	<b>16</b>
9 h <b>loga restauratiu</b> <b>17</b>  11 h <b>Creixement personal</b>  18 h <b>loga iniciació</b>	<b>18</b>  Grup A: 10 h / B: 11'30 h <b>Tallers de memòria</b>  11 h <b>Balls en línia</b>  13'30 h <b>Dinem Junts</b>	7'45 h <b>loga &amp; meditació</b> <b>19</b> 9 h <b>loga restauratiu</b> 11 h <b>Balls en línia</b> 11'30 h <b>Cafè tertúlia</b> 17 h <b>loga Flow</b> 17'30 h <b>Balls en línia</b>	<b>20</b>  9'30 h <b>Sortides de migdia: Anella verda</b>	<b>21</b>  9'30 h <b>Decoupage</b>  10'30 h <b>Lectures per a la reflexió</b>	<b>22</b>	<b>23</b>
9 h <b>loga restauratiu</b> <b>24/31</b> 11 h <b>Creixement personal</b> 15'15 h (només el 24) <b>Entre dones</b> 18 h <b>loga iniciació</b>	<b>25</b>  Grup A: 10 h / B: 11'30 h <b>Tallers de memòria</b>  11 h <b>Balls en línia</b>	7'45 h <b>loga &amp; meditació</b> <b>26</b> 9 h <b>loga restauratiu</b> 11 h <b>Balls en línia</b> 11 h <b>Teixidors</b> 17 h <b>loga Flow</b> 17'30 h <b>Balls en línia</b>	<b>27</b>  Grup A: 10 h / B: 11'30 h <b>Tallers de memòria</b>	<b>28</b>  10'30 h <b>Ruta històrica: El jardí de la memòria</b>	<b>29</b>  9'30 h <b>Brodats Creatius</b>	<b>30</b>

# LaFACT ÉS DANSA

## 42a TEMPORADA BBVA DE DANSA

Des de LaFACT impulsem una programació pròpia per acostar la cultura de qualitat a Terrassa i per convertir la dansa en un dels trets identificadors de la nostra ciutat. Amb aquest mateix propòsit, encetem la cinquena edició del Programa d'Alt Rendiment (PAR) en Dansa, que acull a joves ballarins i ballarines de tot el món. I comptem amb uns espectacles de dansa de producció pròpia, que cada temporada visiten escenaris d'arreu.

LaFACT realitza també una tasca de divulgació cultural mitjançant els programes escolars Exploradors de l'art i de la dansa, i participa en programes d'inclusió social que apropen la cultura a tots els públics.

### PROGRAMACIÓ DANSA PRIMAVERA



**LA BELLA DORMENT**  
Ballet Clàssic Internacional  
26 de gener



**SOUL CITY**  
Le Sol Oblige  
8 de febrer



**COMPAÑÍA ANTONIO NAJARRO**  
Romance Sonámbulo  
22 de febrer



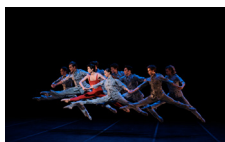
**MALANDAIN BALLET BIARRITZ**  
Mosaïque  
16 de març



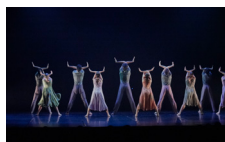
**CARMINA BURANA**  
Factoria de Dansa  
22 i 23 de març



**OTEYZA**  
Merina  
5 d'abril



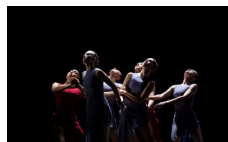
**BÉJART BALLET LAUSANNE**  
Bye bye baby blackbird | Duo...  
26 i 27 d'abril



**COMPAÑÍA NACHO DUATO**  
Jardi Tancat | Duende | Cantus  
10 de maig



**BALLANT MOZART**  
Factoria de Dansa  
24 de maig



**DANSA DE FESTA MAJOR**  
PAR en Dansa  
3 de juliol

Tota la programació a

[lafactcultural.cat](http://lafactcultural.cat)

# GARDEN I FLORISTERIA

Amb els nostres productes i serveis contribueixes a crear oportunitats per a les persones.



Campioness Olímpiques, 36  
Terrassa

#### HORARI:

De dilluns a divendres  
9 a 20h

Dissabtes  
9'30 a 14'30 h  
Tardes tancat

Diumenges i festius  
10 a 14h



# LaFACT | FACTORIA SOCIAL DE TERRASSA

A LaFACT, la Factoria Social de Terrassa, creem oportunitats per a les persones amb discapacitat intel·lectual, la gent gran i en l'àmbit cultural, gràcies al suport de les persones que confien en els nostres productes i serveis.

## ADREÇA I HORARI DE ZONA 60:

Rambla d'Ègara, 340. Terrassa  
**De dilluns a dijous de 8'30 a 17 h**  
**Divendres: 8 a 16'30h**

Accés mobilitat reduïda  
per Torres Garcia s/n

Contacte: Per WhatsApp  
o trucada al número:  
**696 69 80 11**

Millorem l'accés a les  
oficines de Zona 60,  
ens trobaràs a la planta 0.

[lafact.cat/zona60](http://lafact.cat/zona60)

