

ZONA 60

PROGRAMA D'ACTIVITATS 2025 · SETEMBRE - DESEMBRE

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



lafact.cat/zona60



INTRODUCCIÓ

Benvingudes i benvinguts a una nova edició del programa d'activitats de Zona 60.

En aquest nou trimestre us presentem moltes novetats: un nou programa d'activitats per conèixer el nostre dia a dia a LaFACT i nous espais per relacionar-vos pensats especialment per a vosaltres. Esperem que us entusiasmi i que continuem compartint aquest camí plegats.

Gràcies per formar part de Zona 60.

Nou programa | Treballem per tu

Al mes d'octubre iniciarem el programa *Treballem per tu*, una proposta per conèixer de primera mà els serveis de LaFACT.

Mitjançant visites guiades per professionals dels diferents àmbits de l'entitat, descobrireu la nostra missió, la filosofia que ens guia i les activitats laborals i socials que portem a terme.

Tancarem cada sessió amb una trobada per compartir idees, resoldre dubtes i escoltar les vostres aportacions en un ambient obert i acollidor.

Connecta't

■ La tribu de Zona 60

Ja portem dos anys de recorregut i des de LaFACT Zona 60, hem creat un espai on tots vosaltres us pugueu connectar, compartir interessos i organitzar activitats junts. Aquest espai és un **grup de WhatsApp exclusiu** per a vosaltres.

Què hi trobareu?

- Noves amistats: Coneix persones amb les mateixes inquietuds i ganes de fer coses noves.
- Activitats variades: Totes aquelles que vosaltres mateixos autogestioneu, des de passejades i excursions fins a trobades per fer un cafè, anar al cinema o al teatre.
- Intercanvi d'idees: Comparteix els teus coneixements i experiències.
- Suport mutu: Troba un espai on sentir-te comprès i acompanyat.

Com unir-se?

És molt senzill! Només cal que tingueu un telèfon mòbil amb WhatsApp i que us poseu en contacte amb nosaltres a través del telèfon de sempre (696 69 80 11). Us afegirem al grup i podreu començar a gaudir de totes els seus avantatges.

Us hi esperem!

No dubteu a unir-vos al nostre grup de WhatsApp i a formar part d'aquesta gran comunitat de persones +60 a LaFACT Zona 60.

Junts farem que aquesta iniciativa sigui un èxit!

Teatre a Zona 60

T'agrada el teatre? Si tens ganes de gaudir d'obres de teatre a Barcelona i rodalies, acompanyat de persones com tu, de més de 60 anys, aquest és el teu lloc! Aquest **grup de WhatsApp** està dinamitzat per una persona voluntària de Zona 60, amb el nostre suport.

Compartim cultura, emocions i bons moments plegats. No cal saber de teatre, només tenir ganes de passar-ho bé!

Com funciona? Molt fàcil!

1. Ens dius que vols afegir-te al grup i t'afegirem.
 2. Periòdicament es proposarà una obra per anar-hi plegats i si et ve de gust, t'hi apuntes!
 3. Cal fer el pagament en efectiu, targeta o transferència.
- Preu a determinar segons l'obra i les persones inscrites.
 - El transport anirà a càrrec de cadascú.

A gaudir de la funció!

ZONA 60

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 reservada la plaça, no es poden retornar els diners.
- Tipus de pagament: a través de l'App.

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 als 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 fer en efectiu, targeta, transferència o domiciliació bancària.
- Un cop reservada la plaça, no es poden retornar 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.

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€ a cada activitat.



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.



Dilluns, dimarts o dijous
Grup 1, 3 i 5: De 10 a 11'15 h
Grup 2, 4 i 6: De 11'30 a 12'45 h



25 euros / mensual (App)



28 euros / mensual (sense App)



Rambla d'Ègara, 340

T'AGRADA LLEGIR?

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 12'30 h



3 euros / sessió (App)



Rambla d'Ègara, 340



6 euros / sessió (sense App)

EL TEU LLIBRE DE MEMÒRIES

Oferim l'oportunitat de deixar el teu llegat escrit als fills, nebots, nets, besnets... Una bona manera de fer valdre les teves vivències i la teva trajectòria. No cal experiència, només ganes de compartir els teus records i passar-s'ho bé.



Dijous de 16 a 17 h
13, 20 i 27 de novembre i 13 de desembre



25 euros les 4 sessions (App)



Rambla d'Ègara, 340



28 euros les 4 sessions (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 | | |
|  Dimecres de 17'30 a 18'30h | |  19 euros / mes (sense App)
1 cop a la setmana |

FISIOTERÀPIA PERSONALITZADA

Pateixes alguna lesió, dolor o malaltia que limita la teva autonomia? Mantenir-se actiu és fonamental per la nostra salut, però de vegades el nostre cos pateix alteracions que ens ho dificulta. 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') |

PASSOS COMPARTITS

NOVETAT

Compartim moments agradables amb altres persones tot fent una passejada per la ciutat o la natura.

- | | | |
|---|--|---|
|  Dimecres de 9 a 10 h |  A concretar
en cada sortida |  Gratuït (App) |
| | |  3 euros (sense App) |



IOGA. RECONNECTA AMB EL TEU COS**NOVETAT**

Uneix-te a una pràctica transformadora per relaxar el teu sistema nerviós i retrobar el teu equilibri. Treballarem força, mobilitat, flexibilitat i equilibri des de l'autocura i l'autoescolta, respectant el ritme natural de cadascú.

Cal portar estoreta i manta.



Divendres
de 10'15 a 11'15 h



25 euros / mes (App)



Rambla d'Ègara, 340



28 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



47 euros / mes (App)



C/ Sant Gaietà, 55



50 euros / mes (sense App)



EXPERIÈNCIES AMB HISTÒRIA

RECORDANT LES RIUADES DEL 62

NOVETAT

Us proposem una activitat participativa per analitzar la riuada de Terrassa del 1962. Visitarem l'Arxiu Històric, consultarem documents originals i veurem un vídeo amb imatges inèdites de l'època. També farem un taller amb la maleta didàctica '1962. L'abans i després de les riuades' i un joc de rol sobre vivències reals. Ideal per entendre i debatre aquest fet històric.



26 de setembre de 10'30 a 12'30 h



15 euros (App)



18 euros (sense App)



Arxiu Històric
de Terrassa i
Comarcal del Vallès
Occidental
(c/ Baldrich, 258)

UN VITRALL MODERNISTA

NOVETAT

L'art del vitrall va viure un dels seus períodes daurats a l'època modernista, era una de les arts més valorades per la burgesia. Visitarem les vidrieres de l'Antic Institut Industrial i la Casa Alegre de Sagrera i ens convertirem en mestres vitrallers creant la nostra pròpia peça. Cal portar roba que es pugui tacar.



24 d'octubre de 10'30 a 12'30 h



15 euros (App)



18 euros (sense App)



Casa Alegre
de Sagrera
(Font Vella, 29)



UN VIATGE SENSORIAL A L'ANTIGA SEU D'ÈGARA

NOVETAT

A través dels cinc sentits fem un viatge sensorial per descobrir com era l'extraordinari conjunt episcopal que va culminar el bisbe Nebridi d'Ègara a mitjans del segle VI. Submergiu-vos en les històries d'aquest conjunt únic a Europa a través dels gustos, les olors, les textures, les imatges i els sons de l'antiga Ègara visigoda.



28 de novembre de 10'30 a 12'30 h



15 euros (App)



Seu d'Ègara (Plaça Rector Homs, s/n)



18 euros (sense App)

CREA EL TEU SEGELL DE NADAL

NOVETAT

Aprenem la tècnica del gravat amb linòleum mentre ens endinsem en la història de la botiga de joguines Maria Argemí Culell al carrer de la Font Vella. Visitarem espais poc coneguts com el replà dels antics pisos de lloguer de la Casa Alegre de Sagrera. Al taller, crearem un segell nadalenc per decorar targetes, nades i bosses de paper.



19 de desembre 10'30 a 12'30 h



15 euros (App)



Casa Alegre de Sagrera (Font Vella, 29)



18 euros (sense App)





EL CATALÀ NO TÉ EDAT!

Sigues part d'un grup intergeneracional on grans i joves comparteixen experiències, històries i coneixements, i descobreix com la llengua ens connecta.



Dilluns quinzenalment
De 15'15 a 16'15 h



Rambla d'Ègara, 340



Gratuït

PARAULES COMPARTIDES

Compartim conjuntament amb joves l'oportunitat de teixir i crear un relat únic i ple de vida. Junts, crearem un diàleg enriquidor tot compartint experiències, records i noves maneres de veure el món. Al final de l'any, el relat que hàgin construït es presentarà a tots els assistents al taller.



1 cop al mes
Hora: a determinar



Rambla d'Ègara, 340



Gratuït





CAFÈ TERTÚLIA

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



Dimecres quinzenalment
D'11 a 12'45 h



3 euros (App)



Rambla d'Ègara, 340



6 euros (sense App)

DINEM JUNTS

Un migdia per conversar i viure bons moments al voltant d'una taula. Gaudeix del dinar i coneix altres persones de la teva edat.



Cada tercer dimarts de mes de 13'30 a 15'30 h



A determinar el lloc i el preu del menú

XERRADES MATINERES

NOVETAT

Comença el dia amb bon humor i bona companyia. T'oferim l'oportunitat de gaudir d'un moment acollidor per conèixer gent nova, compartir converses i passar una estona divertida mentre gaudeixes d'un bon esmorzar.



Un dijous al mes de 10 a 11'30 h



Segons consumició



Restaurant a determinar





XERRADA | EL PODER DE L'EMOCIÓ: RECONÈIXER-LA I EXPRESSAR-LA

Una xerrada inspiradora per descobrir com les emocions poden transformar la teva vida. Una primera pinzellada per començar a connectar amb el teu benestar emocional.



9 de setembre
de 11 a 12'30 h



Gratuït



Rambla d'Ègara, 340

CREIXEMENT PERSONAL

Connecta amb les teves emocions i aprèn a gestionar-les amb recursos pràctics. En un espai íntim i segur, reflexionaràs i potenciaràs el teu benestar emocional. Una experiència per cuidar-te, créixer i afrontar el dia a dia amb més serenitat.



Dilluns quinzenalment
D'11 a 13 h



15 euros / mes (App)



Rambla d'Ègara, 340



18 euros / sessió (sense App)

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
d'11 a 12'30 h



3 euros / sessió (App)



Rambla d'Ègara, 340



6 euros / sessió (sense App)

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 pel teu benestar emocional, fer que et sentis millor i acompanyar-te en aquest camí.



Dia i hora a convenir



42 euros / sessió (App)



Rambla d'Ègara, 340



45 euros / sessió (sense App)



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 16'15 h



Gratuït



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!



Un divendres al mes
De 9'30 a 10'30 h



3 euros / sessió (App)



Rambla d'Ègara, 340



6 euros / sessió (sense App)





CLASSES DE DIBUIX I PINTURA

Desperta el teu artista interior!

Explora la teva creativitat mentre aprens noves tècniques de dibuix i pintura. Cada sessió és una oportunitat única per gaudir, experimentar i perfeccionar el teu art.



Dimarts o dimecres
De 10 a 12 h o de 18 a 20 h
Dimecres de 15'30 a 17'30 h



Segons el taller



Carrer Sant Gaietà, 76



DANCING BEETHOVEN

Viu la dansa des d'una nova perspectiva! Endinsa't a la nova producció de dansa de LaFACT: *Dancing Beethoven* a través dels seus protagonistes i després assisteix a l'espectacle. A més, coneixeràs de primera mà la nova temporada de dansa de LaFACT per seguir gaudint de la dansa tot l'any.

Xerrada: 27 de novembre de 16 a 17 h

Espectacle: 28 de novembre a les 21 h



Preu a determinar



Rambla d'Ègara, 340

EXPLORADORS DE LA DANSA

EL TRENCANOUS

Vols conèixer què hi ha darrere d'una obra de ballet?
T'explicarem els aspectes més rellevants que intervenen a la producció d'*El Trencanous*, veuràs els diferents vestuaris que utilitzen i podràs gaudir d'un tastet de l'assaig de l'obra.



2 desembre de 16 a 17'30 h



10 euros



Rambla d'Ègara, 340

PRESENTACIÓ:

DITIJOE 2, ENDINSA'T EN EL MÓN DE LES EXPRESSIONS CATALANES!

La llengua també és joc i aprenentatge! **Rafael Pla** presenta el seu segon llibre, *Ditijoc 2* i ho farà a través d'un taller lúdic i divertit on descobriràs locucions, frases fetes, refranys i expressions catalanes d'una manera diferent i plena de curiositats.



Dimarts 18 de novembre
de 16 a 17'30 h



Gratuït



Rambla d'Ègara, 340





SECRETS DEL JARDÍ

TARDOR A LA TAULA: TALLER DE CENTRES NATURALS

NOVETAT

Celebra la bellesa de la tardor dissenyant centres de taula amb elements de la natura i crea autèntiques obres d'art amb fulles, branques i fruits donant colors càlids i llums daurades d'aquesta època de l'any.



25 de setembre
d'11 a 12'30 h



Preu a determinar



Garden de LaFACT
(C/ Campiones Olímpiques, 36)

RAM DE FLORS ARTIFICIALS

NOVETAT

Aprèn tècniques de composició, combinació de colors i estils per a dissenyar un ram únic, ideal per a decorar casa teva o regalar a algú especial. Rams de flors artificials que duren per sempre!



22 d'octubre
d'11 a 12'30 h



Preu a determinar



Garden de LaFACT
(C/ Campiones Olímpiques, 36)

TALLER DE GUARNIMENT NADALENC

NOVETAT

Omple la casa d'esperit nadalenc. Dissenya i crea un guarniment de porta únic amb materials naturals i motius festius per donar la benvinguda al Nadal.



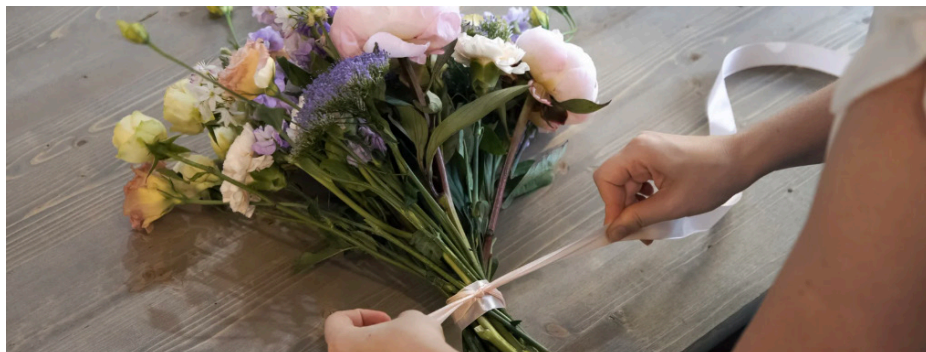
19 de novembre
d'11 a 12'30 h



Preu a determinar



Garden de LaFACT
(C/ Campiones Olímpiques, 36)



DE PRIMERA MÀ: CENTRE DE DIA I SERVEI A DOMICILI

Presentarem els serveis del Centre de dia i servei a domicili i acabarem amb un debat sobre 'Els camins d'ahir, els passos d'avui'. Una oportunitat per descobrir, preguntar i compartir les vostres opinions.



10 d'octubre
d'11 a 12'30 h



Gratuït



Centre de dia de LaFACT
(Avinguda Abat Marcet, 78)

FILS DEL TEMPS: DESCOBREIX L'ART DEL TEIXIT ARTESANAL

Descobrim el secret que s'amaga darrere d'una manta o bufanda de llana merina! Viurem un viatge en el temps, on sentirem el so hipnòtic dels telers i veurem com prenen forma peces úniques i exclusives. Acabarem amb un debat inspirador sobre 'El paper de les persones grans en la transmissió del coneixement tradicional', mentre prenem un refrigeri.



3 de desembre
d'11 a 12'30 h



Gratuït



Teixidors LaFACT
(c/Mare de Déu dels Àngels, 131)



CURS DE DIGITALITZACIÓ

Aprèn a fer servir de manera segura i autònoma les noves tecnologies. T'ensenyarem a configurar el teu telèfon mòbil i a fer ús d'aplicacions i de les xarxes socials. Cada dimecres hi haurà una sessió diferent que es repetirà a l'acabar la roda.

- No es requereixen coneixements previs d'informàtica.
- Pots fer la sessió que t'interessi o el curs complet.



Cada dimecres
de 10 a 12 h



3 euros / sessió (App)



6 euros / sessió (sense App)



Rambla d'Ègara, 340



ZONA 60

DECIDEIX COM VOLS VIURE A PARTIR DELS 60 ANYS



SETEMBRE

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
1 9 h loga restauratiu	2	3 9 h loga restauratiu 11 h Balls en línia 17'30 h Balls en línia	4	5 10'15h Reconnecta	6	7
8 9 h loga restauratiu	9 11 h Balls en línia 11 h Xerrada El Poder de l'emoció	10 9 h loga restauratiu 11 h Balls en línia 17'30 h Balls en línia	11	12 10'15h Reconnecta 11 h Lectures per la reflexió	13	14
15 9 h loga restauratiu Grup 1: 10 h / 2: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Creixement personal	16 Grup 3: 10 h / 4: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	17 9 h loga restauratiu 9 h Passos compartits 10 h Digitalització 11 h Balls en línia 11 h Cafè tertulia 17'30 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	18 Grup 5: 10 h / 6: 11'30 h Tallers de memòria	19 9'30 h Esmorzar de dones 10'15 h Reconnecta	20	21

SETEMBRE

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
22 9h loga restauratiu Grup 1: 10h / 2: 11'30h Tallers de memòria	23 Grup 3: 10h / 4: 11'30h Tallers de memòria 11h Balls en línia 13'30h Dinem junts? Tallers de pintura: Hora seleccionada	24 9h loga restauratiu 9h Passos compartits 10h Digitalització 11h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	25 Grup 5: 10h / 6: 11'30h Tallers de memòria 11h Centres de tardor	26 10'15h Reconnecta 10'30h Recordant les riudes del 62	27	28
29 9h loga restauratiu Grup 1: 10h / 2: 11'30h Tallers de memòria 11h Creixement personal	30 Grup 3: 10h / 4: 11'30h Tallers de memòria 11h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada					

OCTUBRE

[illegible]

OCTUBRE

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
20 9 h loga restauratiu Grup 1: 10 h / 2: 11'30 h Tallers de memòria 15'15 h Català sense edat! 15'15 h Entre dones!	21 Grup 3: 10 h / 4: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia 13'30 h Dinem junts? Tallers de pintura: Hora seleccionada	22 9 h loga restauratiu 9 h Passos compartits 10 h Digitalització 11 h Balls en línia 11 h Rams de flors artificial 17'30 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	23 Grup 5: 10 h / 6: 11'30 h Tallers de memòria	24 10'15 h Reconnecta 10'30 h Un vitrall modernista	25	26
27 9 h loga restauratiu Grup 1: 10 h / 2: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Creixement personal 15'15 h Català sense edat!	28 Grup 3: 10 h / 4: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	29 9 h loga restauratiu 9 h Passos compartits 10 h Digitalització 11 h Balls en línia 11 h Cafè tertulia 17'30 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	30 Grup 5: 10 h / 6: 11'30 h Tallers de memòria	31		

NOVEMBRE

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
					1	2
3 9h loga restauratiu Grup 1: 10h / 2: 11'30h Tallers de memòria 15'15 h Català sense edat! 15'15 h Entre dones!	4 Grup 3: 10h / 4: 11'30h Tallers de memòria 11h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	5 9h loga restauratiu 9h Passos compartits 10h Digitalització 11h Balls en línia 17'30h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	6 Grup 5: 10h / 6: 11'30h Tallers de memòria	7 10'15 h Reconnecta 11 h Lectures per la reflexió	8	9
10 9h loga restauratiu Grup 1: 10h / 2: 11'30h Tallers de memòria 11h Creixement personal 15'15 h Entre dones!	11 Grup 3: 10h / 4: 11'30h Tallers de memòria 11h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	12 9h loga restauratiu 9h Passos compartits 10h Digitalització 11h Balls en línia 11h Club de lectura 11h Cafè tertulia 17'30h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	13 Grup 3: 10h / 4: 11'30h Tallers de memòria 10h Xerrades matineres 16h Llibre de memòries	14	15	16

NOVEMBRE

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
17 9 h loga restauratiu Grup 1: 10 h / 2: 11'30 h Tallers de memòria 15'15 h Català sense edat! 15'15 h Entre dones!	18 Grup 3: 10 h / 4: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia 13'30 h Dinem junts? 16 h Presentació llibre Ditjoc-2 Tallers de pintura: Hora seleccionada	19 9 h loga restauratiu 9 h Passos compartits 10 h Digitalització 11 h Balls en línia 11 h Guarniment nadalenc 17'30 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	20 Grup 5: 10 h / 6: 11'30 h Tallers de memòria 16 h Llibre de memòries	21 9'30 h Esmorzar de dones 10'15 h Reconnecta	22	23
24 9 h loga restauratiu Grup 1: 10 h / 2: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Creixement personal 15'15 h Català sense edat!	25 Grup 3: 10 h / 4: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	26 9 h loga restauratiu 9 h Passos compartits 10 h Digitalització 11 h Balls en línia 11 h Cafè tertulia 17'30 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	27 Grup 5: 10 h / 6: 11'30 h Tallers de memòria 16 h Llibre de memòries 16 h Presentació Dancing Beethoven	28 10'15 h Reconnecta 10'30 h L'antiga Seu d'Ègara	29	30

DESEMBRE

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
1 9 h loga restauratiu Grup 1: 10 h / 2: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Creixement personal 15'15 h Català sense edat!	2 Grup 3: 10 h / 4: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia 16 h Exploradors de la dansa Tallers de pintura: Hora seleccionada	3 9 h loga restauratiu 9 h Passos compartits 10 h Digitalització 11 h Balls en línia 11 h Teixidors 17'30 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	4 Grup 5: 10 h / 6: 11'30 h Tallers de memòria 16 h Llibre de memòries	5 10'15 h Reconnecta 11 h Lectures per la reflexió	6	7
8	9 Grup 3: 10 h / 4: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	10 9 h loga restauratiu 9 h Passos compartits 10 h Digitalització 11 h Balls en línia 11 h Club de lectura 17'30 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	11 Grup 5: 10 h / 6: 11'30 h Tallers de memòria 10 h Xerrades matineres	12 9'30 h Esmorzar de dones 10'15 h Reconnecta	13	14
15 9 h loga restauratiu 11 h Creixement personal 15'15 h Català sense edat!	16 Grup 3: 10 h / 4: 11'30 h Tallers de memòria 11 h Balls en línia 13'30 h Dinem junts? Tallers de pintura: Hora seleccionada	17 9 h loga restauratiu 9 h Passos compartits 10 h Digitalització 11 h Balls en línia 11 h Cafè tertulia 17'30 h Balls en línia Tallers de pintura: Hora seleccionada	18 Grup 5: 10 h / 6: 11'30 h Tallers de memòria	19 10'15 h Reconnecta 10'30 h Segell de Nadal	20 21 BONES FESTES!	

ti 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!



Descarrega a:

App Store



Descarrega a:

Google Play

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

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 17h
Divendres: 8 a 16h

Accés mobilitat reduïda
per Torres Garcia s/n

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

Ens trobaràs a la planta 0.

lafact.cat/zona60

