
ZONA 60

PROGRAMA D'ACTIVITATS 2026 · ABRIL - JULIOL

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

ZONA 60

DECIDEIX COM VOLS VIURE A PARTIR DELS 60 ANYS

QUI SOM?

LaFACT Zona 60 és un projecte pensat perquè les persones de més de 60 anys visquin aquesta etapa amb **plenitud, autonomia i sentit de comunitat**.

Acompanyem els participants perquè mantinguin les seves habilitats, en descobreixin de noves i construeixin una vida activa, saludable i connectada.

Treballem des d'una visió positiva i transformadora de l'envelliment, entenent-lo com un moment de **creixement personal, participació social i contribució a la comunitat**.

La nostra tasca s'estructura en tres grans eixos que ens permeten donar resposta a les necessitats reals de les persones:

- **Apropem la cultura**
- **Potenciem la xarxa de vincles**
- **Trenquem bretxes**

A tots tres hi integrem de manera transversal dos aspectes essencials: **la prevenció de la soledat i la prevenció del no bon tracte**.

QUÈ ENS DIFERENCIA?

A Zona 60 no només oferim activitats: **generem canvis** que tenen impacte en el benestar i en la qualitat de vida de les persones. El nostre model posa al centre l'acompanyament, la prevenció i la creació de comunitat.

Això vol dir que:

Construïm relacions significatives entre persones, fomentant xarxes de suport naturals i sostenibles.

Promovem l'envelliment actiu de manera integral, treballant de forma equilibrada les dimensions física, emocional, social i digital.

Preparem les persones per afrontar situacions futures, dotant-les d'habilitats i recursos que reforcen la seva autonomia.

Treballem en xarxa amb el territori, evitant duplicitats, sumant complicitats i generant respostes comunitàries que tenen un impacte real.

Acompanyem en la inclusió digital, perquè totes les persones tinguin les mateixes oportunitats de participació en una societat cada vegada més tecnològica.

Amb el suport de:

BBVA



Generalitat de Catalunya
Departament de Drets Socials
i Inclusió



NORMATIVA DE LES ACTIVITATS

Per poder gaudir de tot el programa d'activitats que oferim, hauràs de formar part de la nostra comunitat 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.**
- Un cop pagada l'activitat, no es poden retornar els diners.
- Tipus de pagament: en efectiu, targeta, transferència o domiciliació bancària.
- 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.

L'entitat es reserva el dret de modificar, substituir o cancel·lar qualsevol de les activitats previstes per motius organitzatius, logístics o per altres circumstàncies sobrevingudes.



SANT CUGAT



Carrer Riera, 30, 08172, Sant Cugat del Vallès, Barcelona

NOU ESPAI

Després de l'èxit assolit a Terrassa, Zona 60 s'expandeix cap a Sant Cugat del Vallès amb l'objectiu d'oferir un espai de referència per a les persones de més de 60 anys. Aquesta iniciativa neix per acompanyar els ciutadans en aquesta etapa vital, promovent la plenitud, l'autonomia i un fort sentit de comunitat.

ENTRENA LA MENT

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.



Cada divendres de 10 a 11'15 h
Inici: 08/05



25 euros / mes



C/ Riera, 30

DONES SÀVIES

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



Un Divendres al mes de 11'30 a 12'45 h
Inici: 15/05



3,10 euros / mes



C/ Riera, 30

LECTURES PER LA REFLEXIÓ

Llegim contes, textos i històries que ens porten a reflexionar i a debatre temes de caràcter social i emocional



Un divendres al mes de 11'30 a 12'45 h
Inici: 10/04



3,10 euros / mes



C/ Riera, 30

FORMA PART D'AMICS DE LaFACT



Descobreix tot el que oferim per Zona 60 amb l'APP Amics de LaFACT:

- Veure tota la **programació trimestral**.
- Apuntar-te a les **activitats de Zona 60**.
- Descobrir en exclusiva les **novetats**.

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

TERRASSA

APROPEM LA CULTURA

La cultura com a motor de benestar, creixement i propòsit de vida

Aquest eix concep la cultura no només com un recurs d'oci, sinó com una eina de transformació personal i comunitària. Entenem la cultura com un espai d'aprenentatge, expressió i participació que alimenta la identitat, estimula la curiositat i ajuda les persones a donar sentit i continuïtat al seu propòsit de vida.

Què impulem amb aquest eix?

- **Accés universal a la cultura:** trenquem barreres econòmiques, digitals i emocionals que dificulten l'accés a activitats culturals.
- **Cultura activa, no només consumida:** fomentem que les persones siguin protagonistes, participant, creant, compartint i aportant la seva experiència.
- **Cultura que connecta generacions:** promovem espais on joves i grans comparteixen coneixement, memòria i mirades.
- **Cultura per estimular la ment i les emocions:** activitats que ajuden a mantenir la memòria, la creativitat, el pensament crític i la salut emocional.
- **Cultura com a espai de trobada i creació de vincles:** sortir, compartir i dialogar crea i reforça vincles.

ARTS ESCÈNIQUES

LA MÚSICA I EL SO EN EL CINEMA

Viu un curs-taller fascinant que et revelarà com el so i la banda sonora transformen les imatges, construeixen emocions i converteixen cada pel·lícula en una experiència única. T'obrirà una nova manera d'entendre el cinema.



Cada dilluns
de 10'30 a 11'30 h



20 euros / 4 sessions



Rambla d'Ègara, 340

AMERICAN CLASSICAL BALLET

Gaudeix de *La Bayadère*, el gran clàssic amb música de Ludwig Minkus i coreografia de Marius Petipa. Una història d'amor, gelosia i traïció que culmina amb el mític Regne de les Ombres, un dels moments més màgics del ballet.



Dissabte 11 d'abril
a les 20 h



18'70 euros
(descompte de grup aplicat)



Rambla d'Ègara, 340

TEATRE

T'agrada el teatre? Uneix-te al **grup de WhatsApp** 100% dedicat al Teatre pensat per compartir i gaudir d'obres de teatre a Barcelona i rodalies en bona companyia.

No cal saber de teatre: només calen ganes de passar-ho bé!

1. Ens dius que vols afegir-te al grup.
2. Si formes part de la comunitat dels Amics de LaFACT i vols afegir-te al grup, t'hi incorporarem.
3. Cada un o dos mesos et proposarem una obra per anar-hi plegats.
4. Si et ve de gust, t'hi apuntes! I si no, t'esperem a la pròxima.
5. I... només queda gaudir de l'espectacle!

El transport depèn de l'obra, podrà ser en autocar o pel vostre compte.

LLETRES I REFLEXIONS

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



3'10 euros / sessió



Rambla d'Ègara, 340

EL TEU LLIBRE DE MEMÒRIES

Una activitat per recordar, escriure i donar valor als moments que han marcat la nostra vida, creant un recull d'experiències i emocions a partir de preguntes i reflexions guiades.



4 dijous de 16'30h a 17'30h



26 euros / taller



Rambla d'Ègara, 340

CICLE DE CONFERÈNCIES

Un espai per compartir els valors de LaFACT i oferir-nos una millor comprensió del present i del futur. Hora d'inici: 18'30 h

14 abril | **Salvador Cardús**

El valor de cooperar

16 juny | **Antoni Bassas**

El valor de parlar en català

14 de juliol | **David Bueno**

El valor de l'art en
el desenvolupament
humà

11 maig | **Andreu Domingo**

El valor de la diversitat des
d'una mirada demogràfica

30 de juny | **Salvador Cardús**

El valor de la diversitat

ACTIVITATS PLÀSTIQUES

Les persones de Zona 60 poden recollir la seva entrada gratuïta a les oficines quan anunciem l'activitat.

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.



A escollir:

Dimarts de 10 a 12 h o de 18 a 20 h

Dimecres de 10 a 12 h, de 15'30 a 17'30 o de 18 a 20 h



35 euros / mes



Carrer
Sant Gaietà, 76

TEMPS DE CONEIXEMENT

TREBALLEM PER TU: VISITA AL GARDEN DE LaFACT

Us convidem a descobrir el cor verd de l'empresa. Farem una visita guiada per una especialista on explorareu plantes, flors i tots els secrets del nostre oasi natural. Acabarem amb una xerrada per reflexionar sobre si avui cuidem les plantes com abans. T'hi animes?



Dimecres 20 de maig
d'11 a 12'30h



Gratuït



Campiones Olímpiques, 36

EXPLORADORS DE L'ART: SALVADOR DALÍ IL·LUSTRA LA DIVINA COMÈDIA

Descobreix en una visita guiada el fascinant diàleg entre la poesia de Dant i l'univers surrealista de Dalí, en un recorregut ple de símbols i emocions on l'art esdevé una finestra a l'ànima humana.



Divendres 29 d'abril
de 16'30h a 17'30h



3'10 euros



Rambla d'Ègara, 340

EXPLORADORS DE L'ART | FIRA MODERNISTA: ALEXANDRE DE RIQUER SEMPRE TINDRÀ UN PLAT A TAULA

Una col·lecció d'Eulàlia Sayrach amb vuitanta plats de ceràmica inspirats en la natura que transformen la taula en un jardí modernista ple de simbolisme. En una visita guiada per un especialista, explorareu com el Modernisme venerava i defensava la natura, en una experiència artística que uneix bellesa i consciència ecològica.



Diumenge 10 de maig
d'11 a 12 h



Gratuït



Rambla d'Ègara, 340

XERRADA: ENTENDRE LES EMOCIONS PER VIURE MILLOR

Descobrim com les emocions influeixen en la salut i les relacions, com evolucionen amb els anys i quines estratègies pràctiques podem aplicar per gestionar-les amb més calma i benestar.



Dilluns 13 de juliol
de 10 a 11'30h



Gratuïta



Rambla d'Ègara, 340

POTENCIEM VINCLES

Relacions que cuiden, comunitats que sostenen

La xarxa de vincles és un dels pilars més potents del benestar després dels 60. Aquest eix té com a objectiu crear i reforçar relacions sòlides, naturals i significatives que aportin suport, companyia i oportunitats de participació.

Què impulsem amb aquest eix?

- **Espais de trobada espontanis i organitzats:** grups de conversa, activitats comunitàries, tallers i trobades dissenyades per generar connexió.
- **Construcció de xarxes de suport natural:** relacions que perduren més enllà de les activitats, basades en la confiança i la companyia.
- **Participació en el territori:** fomentem que les persones col·laborin amb entitats, festes, projectes i iniciatives de ciutat.
- **Voluntariat actiu:** oferim oportunitats per aportar temps, talent i experiència a la comunitat.
- **Comunitats que cuiden:** espais on les persones poden rebre suport, sentir-se escoltades i compartir inquietuds.
- **Vincles intergeneracionals:** promovem relacions entre joves i grans que transformen mirades i redueixen estereotips.

ESPAI DE TROBADA

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 12'15 h



3'10 euros



Rambla d'Ègara, 340

XERRADES MATINERES

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 dilluns al mes de 10 a 11 h



Segons consumició



Restaurant a determinar

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



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.

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.
- **Support 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 tots els seus avantatges.

Us hi esperem!

CAMINS I COMPANYIA

PASSOS COMPARTITS

Vols fer exercici i conèixer a altres persones?

Compartim moments agradables amb altres persones tot fent una passejada per la ciutat o la natura. Vine a formar part d'aquest grup que creix amb cada pas!

Si et ve de gust, Tenim un grup de WhatsApp totalment temàtic sobre PASSOS COMPARTITS!

Només cal dir-nos que t'hi vols afegir i, cada setmana, podràs apuntar-te a la caminada proposada i gaudir del camí plegats.

Durada aproximada: 1'30 - 2 h



Dimecres a les 10 h
quinzenalment.
Al mes de juliol a les 9 h



Gratuït



A concretar en cada sortida

LaFACT ÉS DANSA

LaFACT impulsa una programació pròpia per apropar la dansa a Terrassa i potenciar-la com a signe d'identitat local. Amb el Programa d'Alt Rendiment (PAR) en Dansa, dona suport a joves talents i crea espectacles que giren arreu. També promou la divulgació i la inclusió mitjançant programes educatius i socials com Els Exploradors de la Dansa.

Primavera

EL LLAC DELS CIGNES

Ds. 17 i Dg. 18 de gener

CARMEN

Ds. 7 i Dg. 8 de febrer

VIVALDIANA

Ds. 14 de febrer

BALLET JUNIOR DE GENÈVE

Ds. 7 de març

ALÍCIA, I LA DANSA DE LES MIL MERAVELLES

Ds. 21 de març

AMERICAN CLASSICAL BALLET

Ds. 11 d'abril

COMPañÍA MARÍA PAGÉS

Dv. 24 d'abril

GALA AMERICAN BALLET THEATRE

Ds. 25 i Dg. 26 d'abril

LONDON CITY BALLET

Dg. 10 de maig

DANSA DE FESTA MAJOR

Dj. 2 de juliol

Tardor

GISELLE

Ds. 19 de setembre

STRAVINSKY

Ds. 3 d'octubre

DANCING BEETHOVEN

Ds. 17 d'octubre

BALLET NACIONAL DE ESPAÑA

Ds. 7 i Dg. 8 de novembre

GALA ESTRELLES ENGLISH NATIONAL BALLET

Ds. 21 i Dg. 22 de novembre

EL TRENCANOUS

Ds. 12 i Dg. 13 de desembre

43a TEMPORADA BBVA DE DANSA

Amb la col·laboració de:

BBVA

Ajuntament de
Terrassa



VENDA D'ENTRADES A TAQUILLA

Horari de Taquilla: de dilluns a dissabte de 16 a 20h
i festius una hora abans quan hi ha funció.

Telf. 93 519 70 39 (venda d'entrades) taquilla@lafact.cat

FACTORIA CULTURAL DE TERRASSA

Rambla d'Ègara
340. Terrassa

lafactcultural.cat

TRENQUEM BRETXES

Igualtat d'oportunitats per viure amb autonomia, seguretat i benestar

Aquest eix treballa per eliminar totes aquelles desigualtats que limiten la plena participació de les persones de més de 60 anys: digitals, socials, emocionals, físiques, econòmiques, gènere i edat. El nostre objectiu és que tothom tingui les mateixes eines per decidir com vol viure.

Què impulsem amb aquest eix?

- **Inclusió digital real:** formació pràctica i personalitzada perquè la tecnologia sigui una oportunitat i no una barrera.
- **Salut física i emocional:** programes de moviment, prevenció, autoestima, gestió emocional i hàbits saludables.
- **Prevenció de vulnerabilitats:** identifiquem situacions de risc, oferim informació i reforcem recursos per prevenir el no bon tracte.
- **Igualtat d'oportunitats:** dissenyem accions que compensen desigualtats socials, econòmiques i culturals.
- **Capacitació per la vida quotidiana:** dotem les persones d'eines i habilitats per mantenir la seva independència durant més temps.
- **Superació de barreres invisibles:** la por, la vergonya, la sensació d'inutilitat o la falta de confiança també són bretxes. Treballem perquè ningú en quedi fora.

TRENCANT LA BRETXA D'EDAT

■ MOU LA MENT: 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, dimecres i dijous

Grup 1 i 4: De 16 a 17'15 h

Grup 2 i 5: De 10 a 11'15 h

Grup 3 i 6: De 11'30 a 12'45 h



25 euros / mes



Rambla d'Ègara, 340

TRENCANT LA BRETXA DE GÈNERE

■ 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.



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.



Un dilluns al mes
de 9'30 a 10'30 h



3'10 euros / sessió



Rambla d'Ègara, 340

TRENCANT LA BRETXA GENERACIONAL

■ EL CATALÀ NO TÉ EDAT!

Busquem persones amb ganes de conversar, ensenyar i compartir el català amb joves que volen millorar la seva fluïdesa. Crearem complicitats i descobrirem com la llengua pot unir generacions. Apunta't i comparteix la teva veu per fer créixer la llengua que ens connecta!



Dilluns setmanalment
de 15'15 a 16'15 h



Gratuït



Biblioteca Central
Pg. de les Lletres, 1

TRENCANT LA BRETXA DIGITAL

MÉS DIGITALS

Descobreix com la tecnologia pot facilitar-te el dia a dia: apunta't i connecta't al futur!

Guanyaràs confiança amb la tecnologia i t'ajudarà a utilitzar-la de manera segura i responsable. Aprenderàs a fer servir Internet, el telèfon mòbil i altres eines digitals d'una forma pràctica i entenedora.

ENS ENDINSEM AL MÓN DIGITAL - Cada dilluns d'11 a 13 h (Abril i Maig)

CIBERSEGURETAT - Cada divendres d'11 a 13 h (Abril i Maig)

Amb el suport de:



Rambla d'Ègara, 340



Gratuït

* Aquesta és una iniciativa de la Fundació Pere Tarrés que forma part del Pla de Recuperació, Transformació i Resiliència, finançat per la Unió Europea mitjançant el programa Next Generation. També compta amb el suport de la Generalitat de Catalunya.

UN CLICK AL FUTUR

Apre'n 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 del WhatsApp.

Cada mòdul constarà de 4 sessions. Al acabar les 4 sessions començarà el mòdul següent.

- Mòdul 1 – Coneix el teu dispositiu i la seva configuració
- Mòdul 2 – Com alliberar espai al dispositiu
- Mòdul 3 – Iniciació a les aplicacions de Google
- Mòdul 4 – Seguretat digital i bones pràctiques
- Mòdul 5 – Profunditzem amb WhatsApp
- Mòdul 6 – Iniciació a les APP's: descobrim aplicacions útils
- Mòdul 7 – Aprofundim en les APP's: configuració i autonomia



Cada divendres de 10 a 12 h (a partir del 12 de Juny)



Rambla d'Ègara, 340



10 euros / mòdul

Amb el suport de:

BBVA

TRENCANT LA BRETXA DE MOBILITAT

■ IOGA A MERAKI

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



Dilluns i/o dimecres
de 9 a 10 h



48 euros / mes: 1 sessió a la setmana
59 euros / mes: 2 sessions a la setmana



C/ Sant Gaietà, 55

■ IOGA A LaFACT

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



26 euros / mes



Rambla d'Ègara, 340

■ FISIOTERÀPIA PERSONALITZADA

Mantenir-se actiu és fonamental per la nostra salut, però de vegades el nostre cos pateix alteracions que ens ho dificulta. Si pateixes alguna lesió, dolor o malaltia que limita la teva autonomia, el nostre equip t'acompanyarà perquè recuperis la teva autonomia i tornis a moure't amb llibertat i confiança.

I si el que vols és mimar-te i recuperar la vitalitat de la teva pell, t'oferim també el tractament de radiofreqüència, reafirma, rejuveneix i torna la lluminositat al teu rostre. Manté el teu cutis radiant durant tot l'any!

Truca'ns i demana cita.



Dia i hora
a convenir



Fisioteràpia LaFACT
Campiones Olímpiques, 36



- **Sessió 30 minuts**
(descontracturant o pressoteràpia) 26 euros
- **Sessió 45 minuts o primera visita** 38'6 euros
- **Sessió 60 minuts o primera visita** 53'8 euros
- **Sessió estètica** 54 euros
- **Sessió a domicili** 54 euros

TRENCANT LA BRETXA EMOCIONAL

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 dilluns al mes
d'11 a 12'30 h



3'10 euros / sessió



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



Dia i hora a convenir



42 euros / sessió



Rambla d'Ègara, 340



ABRIL

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
		1 9 h loga a Meraki	2	3	4	5
6	7 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	8 9h loga a Meraki 11h Cafè tertulia 11h Club de lectura Grup 4: 16 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	9 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria	10 10'15 h loga a LaFACT 11 h Més digitals	11 11h American classical Ballet	12
9h loga a Meraki 9'30 h Esmorzar de dones 10'30h La música i el so en el cinema 11 h Més digitals 15'15 h El català no té edat! 15'15 h Entre dones Grup 1: 16 h Tallers de memòria	14 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada 18'30: Societat i valors Salvador Cardús	15 9h loga a Meraki 10h Passos compartits Grup 4: 16 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	16 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria	17 10'15 h loga a LaFACT	18	19

ABRIL

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
9h loga a Meraki 20 10'30h La música i el so en el cinema 11h Més digitals 11h Lectures per la reflexió 15'15h El català no té edat Grup 1: 16 h Tallers de memòria	21 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria 13'30 h Dinem Junts? Tallers de pintura: Hora seleccionada	22 9h loga a Meraki 10h Passos compartits Grup 4: 16 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	23 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria	24 10'15 h loga a LaFACT 11 h Més digitals	25	26
9h loga a Meraki 27 10h Xerrades matineres 10'30h La música i el so en el cinema 11h Més digitals 15'15h Entre dones 15'15h El català no té edat Grup 1: 16 h Tallers de memòria	28 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	29 9h loga a Meraki 11h Cafè tertulia Grup 4: 16 h Tallers de memòria 16'30 h Exploradors de l'art - Dalí Tallers de pintura: Hora seleccionada	30 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria			

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
					2	3
9 h loga a Meraki 10'30 h La música i el so en el cinema 11 h Més digitals 15'15 h El català no té edat Grup 1: 16 h Tallers de memòria	5 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	6 9 h loga a Meraki 11 h Passos compartits Grup 4: 16 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	7 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria 16'30 h Xerrada introductoria: El teu llibre de memòries	8 10'15 h loga a LaFACT 11 h Més digitals	9	10 11 h Exploradors de l'art FIRA MODERNISTA: Alexandre De Riquer sempre tindrà un plat a taula.
9 h loga a Meraki 9'30 h Esmorzar de dones 11 h Més digitals 15'15 h El català no té edat 15'15 h Entre dones Grup 1: 16 h Tallers de memòria 18'30: Societat i valors Andreu Domingo	12 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	13 9 h loga a Meraki 11 h Cafè tertulia 11 h Club de lectura Grup 4: 16 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	14 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria	15 10'15 h loga a LaFACT 11 h Més digitals	16	17

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
18 9 h loga a Meraki 10'30 h Més digitals 11 h Lectures per la reflexió 15'15 h El català no té edat	19 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria 13'30 h Dinem Junts? Tallers de pintura: Hora seleccionada	20 9 h loga a Meraki 10 h Passos compartits 11h Treballem per tu Grup 4: 16 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	21 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria 16'30 h El teu llibre de memòries	22 10'15 h loga a LaFACT 11 h Més digitals	23	24
25 9 h loga a Meraki 10h Xerrades matineres 10'30 h Més digitals	26 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	27 9h loga a Meraki 11h Cafè tertulia Grup 4: 16 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	28 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria 16'30 h El teu llibre de memòries	29 10'15 h loga a LaFACT 11 h Més digitals	30	31

JUNY

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
1 9 h loga a Meraki 9'30 h Esmorzar de dones Grup 1: 16 h Tallers de memòria	2 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	3 9 h loga a Meraki 10 h Passos compartits Grup 4: 16 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	4 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria 16'30 h El teu llibre de memòries	5 10'15 h loga a LaFACT 10'30 h Més digitals	6	7
8 9 h loga a Meraki 11 h Lectures per la reflexió Grup 1: 16 h Tallers de memòria	9 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	10 9 h loga a Meraki 11 h Cafè tertulia Grup 4: 16 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	11 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria 16'30 h El teu llibre de memòries	12 10 h Un click al futur 10'15 h loga a LaFACT	13	14
15 9 h loga a Meraki Grup 1: 16 h Tallers de memòria	16 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada 13'30 h Dinem Junts? 18'30: Societat i valors Antoni Bassas	17 9 h loga a Meraki 10 h Passos compartits 11 h Club de lectura Grup 4: 16 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada	18 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria	19 10 h Un click al futur 10'15 h loga a LaFACT	20	21

JUNY

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
22 9h loga a Meraki Grup 1: 16 h Tallers de memòria	23 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada		25 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria	26 10'15 h loga a LaFACT	27	28
29 9h loga a Meraki 10h Xerrades matineres Grup 1: 16 h Tallers de memòria	30 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria Tallers de pintura: Hora seleccionada 18'30: Societat i valors Salvador Cardús					

JULIOL

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
		1	2	3	4	5
		9h loga a Meraki 11h Cafè tertulia	Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria	10 h Un click al futur 10'15 h loga a LaFACT		
6	7	8	9	10	11	12
	Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria	9h loga a Meraki 11h Passos compartits 11'30 h Lectures per la reflexió	Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria	10 h Un click al futur 10'15 h loga a LaFACT		
13	14	15	16	17	18	19
9 h loga a Meraki 10 h Xerrada sobre les emocions	Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria 13'30 h Dinem Junts? 18'30: Societat i valors David Bueno	9h loga a Meraki 11h Cafè tertulia	Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria	10 h Un click al futur 10'15 h loga a LaFACT		

JULIOL

Dilluns	Dimarts	Dimecres	Dijous	Divendres	Dissabte	Diumenge
20 9 h loga a Meraki	21 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria	22 9 h Passos compartits 9 h loga a Meraki	23 Grup 5: 10 h Grup 6: 11'30 h Tallers de memòria	24 9'30 h Esmorzar de dones 10'15 h loga a LaFACT	25 	26
27 9 h loga a Meraki	28 Grup 2: 10 h Grup 3: 11'30 h Tallers de memòria	29 9 h loga a Meraki	30 	31 10'15 h loga a LaFACT		

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, 35

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

Ens trobaràs a la planta 0.

lafact.cat/zona60

