Naguspea Berriak

Nº 15
Enero / Urtarrila
2019

Centro Geriátrico Truiuondo y Centro de Día
Polígono Torrelarragoiti P- 6 - 48170 Zamudio
Tel.: 94.657.55.00 – Fax: 94.657.54.99
naguspea.zamudio@gmail.com

Centro de Día El Karmelo
El Karmelo, 10-A Bajo – 48004 Bilbao
Tel.: 94.459.76.32 - Fax: 94.412.91.97
naguspea.santutxu@gmail.com

Centro de día Bizipoz Nerbioi
Calle Pedro Lobato Alkatea 10-12-14 Etxebarri
Tel.: 94.651.03.16
naguspea.etxebarri@gmail.com

www.naguspea.es

Naguspea

03
Te Interesa
Nueva Iniciativa
Sábado de Cine

04
Eventos
Momentos especiales en Zamudio, Santutxu y Etxebarri

08
Nuestras Excursiones

10
Reportaje
X Aniversario Truiuondo

12
Te interesa
Nueva Iniciativa
Venta de Ropa

13
Al día con nuestros colaboradores

15
El Profesional Responde

18
Ocio

Edición: Naguspea S.L. Polígono Torrelarragoiti P-6, 48.170 Zamudio - Bizkaia .Tel .: 94 657 55 00. www.naguspea.es

Coordinación y Realización *NAGUSPEA BERRIAK*: Jennifer Diez

Colaboración, Mercedes Bocos, Itxaso Ruiz, Andoni , Eider Ibañez, Ainhoa Ruiz, Miren Rocandio.

Impresión: Centro Residencial Truiuondo. Polígono Torrelarragoiti P-6, 48.170 Zamudio – Bizkaia. Tel.: 94.657 55 00. www.naguspea.es

Carta de la directora

La tecnología (teléfono móvil, redes sociales, internet….) es importante pero las relaciones humanas, el acercamiento, el contacto también lo son. En esta última década creo que se está perdiendo esto último. Prueba de ello son los dos anuncios que se han visto en la tele, Ikea y Ruavieja, que nos muestran la realidad, que conocemos más lo que nos rodea que a las personas que tenemos al lado; qué pasamos más tiempo con el ordenador, teléfono móvil, internet que con nuestros seres queridos. Hay que estar más con los nuestros, con las personas que queremos, preocuparnos de ellos, saber de ellos, cuidarlos, compartir….. Tenemos que buscar el equilibrio. Os deseo Feliz Navidad y Próspero año Nuevo.

NUEVA INICIATIVA

SÁBADO DE CINE

Ha llegado el otoño y con él el frio, la lluvia y el mal tiempo.

Es por ello que desde nuestro centro Truiuondo de Zamudio se ha iniciado una programación de cine para esos sábados lluviosos y fríos en los que no sabemos muy bien qué hacer. De esta manera podréis disfrutar de un día diferente acompañando a vuestro familiar.

Todos los sábados a las 16:00 hs. en el salón principal del Centro, el salón de la planta 0, podremos disfrutar de diferentes películas de diversos géneros.

Esperamos os haga pasar una tarde divertida, alegre y diferente.

Momentos Especiales en Zamudio...

Meriendas especiales en la Residencia

Con motivo de la nueva programación de Animación, vamos a realizar todos los meses un taller de repostería en el que pondremos a prueba nuestras dotes culinarias y crearemos diferentes postres, meriendas y pintxos con los que invitar a merendar a todos los compañeros. La idea es, compartir ratos divertidos en los que podamos conocernos como compañeros que convivimos en una misma casa.

Aquí os dejamos unas fotos de la merendola de septiembre en la que elaboramos unas palmeritas y unas napolitanas con hojaldre, todo un éxito!!

Halloween

El día 31 de octubre en Truiuondo hemos disfrutado de una mañana llena de magia y fantasía de mano de la MAGA TXAYO. Ha sido todo un espectáculo en el que muchos de nosotros hemos participado. Además nos hemos maquillado y disfrazado al más puro estilo halloween.

Esperamos que volvamos a pasar otro momento de fantasía.

Momentos Especiales en Santutxu...

Árboles de Otoño

La temporada estival dio a su fin y con ella el cambio de estación. Por eso, desde el centro de día de Santutxu hemos querido celebrar la llegada del otoño.

Con la elaboración de unos árboles de cartón y fieltro, decorados con búhos, pájaros y hojas caducas.

Árboles que a su vez nos servirán para decorar las ventanas de la unidad de integración. Cuyos usuarios han participado en la elaboración y diseño de los mismos.

Contribuyendo de esta manera, no solo en la elaboración de materiales útiles para su vida cotidiana sino también a hacer propio de su entorno común.

Relaciones Intergeneracionales

Como cada año y como preludio a las fiestas navideñas El Karmelo invita a los chavales del colegio Hermanos Maristas para que pasen una mañana con nuestros abuelos, en un encuentro intergeneracional durante el cual cambian postales, charlas y abrazos.

Al final y como colofón de esta jornada de puertas abiertas, el día terminó con una actuación de los críos donde cantan e interpretan canciones que ya traían preparadas de la ikastola y los usuarios les corresponden con otras canciones de cosecha propia.

Después de esto, los 75 niños invitados de las distintas clases de primaria vuelven a casa con una bolsa de chuches detalle del centro de día .

Preparativos Navideños

Las fiestas de navidad están a la vuelta de la esquina y son muchas las fiestas, eventos y celebraciones que tenemos por delante.

Por lo que a partir de noviembre y en adelante comenzamos con todos los preparativos, desde compras, decoración, regalos, sorpresas para el año próximo…. etc. Y como no las famosas postales de navidad que cada usuario elabora para sus familiares, en la cual, viene dentro una foto del equipo, la programación festiva y una dedicatoria personalizada.

Momentos Especiales en Etxebarri...

DECORACIÓN DE OTOÑO

El 21 de septiembre quisimos decorar el centro de una manera diferente, alegrando la vista las personas que pasean por el bidegorri. La decoración ha consisitido en hacer un árbol para poner en la enorme ventana del centro con búhos y ardillas de fieltro. Como podéis ver en la foto nos ha quedado genial y la gente que ha pasado nos ha felicitado por el trabajo.

CONCIERTO DE GAITA

El 18 de octubre tuvimos la suerte de tener un concierto de gaita. Txemi un vecino del centro se animo a bajar y nos toco unas cuantas canciones con la gaita. Disfrutamos mucho de ese momento musical improvisado y esperamos que se vuelva repetir. Desde aquí queremos agradecer la mañana tan animada que nos hiz

FLORES TODOS LOS SANTOS

Para el 1 de noviembre quisimos hacer unos ramos de flores diferentes para poderlos llevara los seres queridos que ya no están con nosotras. Entre todos y todas hicimos unas flores de papel con ramo y las envolvimos con film transparente, de esta manera si llueve seguro que no se estr

VOLUNTARIOS ESCOLAPIOS Y COLEGIO VIZCAYA

Con el inicio del curso escolar este año hemos puesto en marcha un programa intergeneracional de voluntariado. Desde 2 colegios se han ofrecido el alumnado de bachiller a compartir algunas tardes con nosotros. Las alumnas del colegio escolapios vienen al centro los martes y viernes y junto con nosotras realizan las manualidades, y el bingo. Los jóvenes que acuden del colegio Vizcaya vienen una vez al mes y realizan con nosotras actividades especiales. Estamos muy contentas del inicio de este nuevo programa porque nos llenan el centro de alegría y pasamos tiempo con gente de otra generación.

Momentos Especiales en en Centro de Respiro...

Bingo especial fin de semana

El pasado 4 de noviembre pasamos una tarde estupenda con uno de los juegos que más nos divierten y que podemos compartir con nuestros compañeros, el bingo. Es un juego muy divertido con el que nos entretenemos entre números y fichas, sin olvidarnos del premio al ganador

Taller de repostería

El 18 de noviembre realizamos un taller de repostería. Hicimos bizcochitos rellenos de moka y chocolate, nos pusimos las botas. Nos encanta hacer de reposteros y aprender nuevos trucos, pero sin duda lo que más nos gusta, es probar nuestra estupenda receta que está para chuparse los dedos.

NUESTRAS EXCURSIONES

Paseo al Exterior Museo Guggenheim

Con el buen tiempo del principio del otoño, nos hemos animado a pasear por la explanada de la parte de arriba del Museo Guggenheim. Hemos visitado a Puppy, el enorme cachorro canino de la raza West Highland White Terrier que se compone de una estructura de acero recubierta con plantas naturales. También hemos visitado al "Gallo Pop", la escultura creada por la artista portuguesa Joana Vasconcelos.

No podía faltar el tradicional hamaiketako cada vez que salimos de excursión. Esta vez nos hemos tomado un descafeinado con aceitunas en la terraza del Museo.

Visitamos el Teatro Arriaga

El 7 de noviembre, visitamos el Teatro Arriaga, conocido también por ser "el teatro más bonito de toda Europa" todos los Centros Naguspea. Una de las primeras excursiones en las que nos reunimos todos e intercambiamos experiencias y vivencias entre los diferentes usuarios.

Cuando llegamos a Bilbao, nos tomamos un cafecito con su correspondiente pastel de arroz. Después de esto, acudimos a la visita donde nos estaba esperando nuestro guía, Fernando, quien nos enseñó el interior del Teatro y nos contó algún que otro "cotilleo" de algunos de los actores que han pasado por el Teatro a lo largo de su carrera.

Además, tuvimos la suerte de ver el ensayo de un grupo de actores que representaban una obra de teatro... tan buenos eran que pensábamos que lo que interpretaban era real!!

Un día genial en el que tenemos que agradecer el buen trato recibido en todo momento por todos!!

Hoy nos habla...

José Sanchez "Pepe".
Usuario del Centro Residencial "Truiuondo" de Zamudio

Pepe nació en Saelices El Chico un pueblito de Salamanca en el año 1929. Allí vivía junto a sus padres y sus 5 hermanos.

Cuando tenía 6 años, a su padre lo mataron el día que estalló la segunda República en España. De ahí en adelante su vida se tornó muy dura. Su quinto hermano venía en camino y había que ayudar a su madre a sacar la familia adelante.

Trabajaba sus tierras y luego salía a trabajar donde le daban la oportunidad de ganar unas pesetas.

Con 12 años, comenzó a trabajar en un taller de carpintero en su pueblo. Allí aprendió el oficio que desempeñaría el resto de su vida. Unos meses después, le ofrecieron trabajar en otro pueblito cercano donde le pagaban algo más, no dudó en aceptarlo a pesar de que cada día tenía que atravesar un río para llegar al taller. Siempre iba con una sonrisa y muchas ganas.

Con 18 años se fue a la mili. Estuvo en el cuartel de Astorga, "el mejor cuartel", allí estuvo 2 años hasta que cogió el sarampión y se puso muy enfermo.

Al volver de la mili, conoció a Leslie, la que sería el amor de su vida. Tras 5 años de noviazgo se casaron y vinieron a Bilbao donde nacieron sus hijos y siguió con su profesión de carpintero hasta que se jubiló.

Cuando se jubiló, Leslie y el entraron en el Club de Jubilados de Sestao donde pasaron muy buenos momentos. Los jueves jugaban al Bingo, salían de excursión, hasta fueron al programa de Carlos Sobera y salieron en la tele. Allí pasaron 22 años donde hicieron grandes amistades. Aun conservan muchos bonitos recuerdos.

Ahora vive tranquilo en nuestro Centro Truiuondo con su compañera de vida Leslie.

X ANIVERSARIO TRUIUONDO

El 21 de septiembre fue un día muy importante y especial para todos los que formamos parte de los Centros Truiuondo de Zamudio, celebramos el 10º aniversario del centro.

Fue una jornada cargada de emociones tanto de trabajadores, como de usuarios y familiares presentes y pasados. Comenzamos el día con los discursos por parte de la Gerencia y Dirección del Centro y de algunas de las residentes. Como recordatorio de ese día, la residente y la trabajadora más veteranas del Centro junto a la Directora dejaron plasmadas sus huellas en arcilla.

También pudimos contar con la visita de diferentes personalidades como los Alcaldes de los municipios de la Mancomunidad, representantes de Gastronomía Baska y CAE Zurekin...

Posteriormente degustamos talo de Aitor Aurrekoetxea acompañado de chorizo, bacon, queso, etc... y de un buen Txakoli. Pudimos deleitarnos con la elaboración de una paella gigante a cargo de Gastronomía Baska que posteriormente saboreamos algunos en el patio, y nuestros residentes en el comedor.

Durante la tarde contamos con la actuación de Iñaki Basabe que, como siempre nos hizo levantarnos de las sillas y cantar y bailar al ritmo de esas Bilbainadas tan conocidas por todos. También tuvimos un sorteo de camiseta, bufanda y balón del Athletic.

Por último queremos agradecer a Aitor Aurrekoetxea, que acudió a elaborar los talos y hacernos compañía en este día, a Nieves, nuestra cocinera de esa riquísima paella, a todas las personas, familias, autoridades, residentes y trabajadores que acudisteis a la fiesta porque gracias a todos y todas hoy Truiuondo es un centro lleno de vida y alegría.

Esperamos que estos sean solo los primeros 10 años y que todos juntos sigamos unidos trabajando por el bienestar de nuestros usuarios y sus familias.

MUCHAS GRACIAS A TODOS!!

NUEVA INICIATIVA

VENTA DE ROPA INTERIOR

Con el fin de atender todas las necesidades de nuestros residentes y tratando de hacer su vida más fácil, hemos iniciado un nuevo servicio.

Hemos puesto a disposición de nuestros usuarios un pequeño catálogo de prendas de ropa interior y pijamas de señora y caballero.

En caso de necesitar alguno de estos artículos, solo tienen que solicitarlo en recepción y nosotros nos encargamos de hacer la compra, marcar el artículo y colocarlo en la habitación correspondiente.

Solo hay que rellenar una ficha de solicitud, hacer el pago mediante tarjeta bancaria y nosotros nos encargamos de todo lo demás.

SIGUE NUESTRO CANAL DE YOUTUBE

En nuestro canal de youtube podrás ver todos los vídeos de los eventos Naguspea.

AL DÍA CON NUESTROS COLABORADORES

Conociendo Gastronomia Baska

Begoña Ayuso
Gestor de Clientes de Gastronomía Baska.

Acabamos de cumplir el X Aniversario de la apertura de la Residencia Truiuondo de Zamudio, y desde aquel verano del año 2008, Gastronomía Baska, tiene a su cargo la cocina de la Residencia. A diario, cocinamos un promedio de 12 platos diferentes, entre comidas y cenas. Se atienden unas 140 pensiones completas, con servicios de desayuno, comida, merienda y cena.

Hay que tener en cuenta el colectivo para el que se cocina, y por ello, nuestros dietistas, combinan las necesidades nutricionales en la edad adulta, con las recomendaciones de la enfermería y de la dirección del centro. Y por supuesto, atendiendo a los gustos de los comensales, ya que se cocina para ellos, por este motivo, nuestras técnicas culinarias están centradas en la gastronomía tradicional. Les encantan los platos tradicionales de cuchara, como la sopa de ajo, y las legumbres...

Tenemos una programación de menús semanales, según sea temporada de invierno o de verano, en los que se combinan platos de legumbres, verduras, patatas, arroces y pasta para los primeros platos de la comida y cremas y sopas para las cenas.

En cuanto a los segundos platos, las materias primas que se utilizan entre carnes, pescados, huevos, aves y cerdo, son preferentemente de modo que faciliten la masticación y deglución, evitando espinas y no abusando de huesos...

En verano, se programan más ensaladas, gazpachos, y verduras frías, y para merendar se preparan gelatinas, cuajadas, helados, batidos, etc, para llevar mejor el calor.Y en invierno, los platos de cuchara, y las meriendas calientes de café con leche, son las protagonistas.

No olvidemos, que celebramos con una chocolatada a final de mes, los cumpleaños de los residentes, y se chiflan por él.

Nuestras cocineras, también participan en las fiestas que programa la residencia a lo largo del año y tanto elaborando canapés como paellas gigantes en los jardines del centro, hacemos que la jornada, sea compartida con todos, ya que trasladamos todo lo necesario para ser cocinado en directo... y servido al momento. Las familias también acuden, y disfrutan de lo lindo con todos!!!!

El rincón favorito de...

Miren Rocandio
Centro Residencial "Truiuondo" de Zamudio

Mi rincón favorito en la Residencia es el txoko.

Me gusta la idea de tener un lugar donde nuestros usuarios puedan seguir participando de las celebraciones en familia.

A veces, para ellos no es fácil salir a comer a un restaurante, desplazarse a cualquier lugar o romper con su rutina.

Habilitando un espacio como este, conseguimos que ellos sigan siendo partícipes y compartan momentos con sus familias.

Roberto Gomez
Usuario del Centro Residencial "Truiuondo" de Zamudio

El rincón favorito de Rober es nuestro precioso Patio Truiuondo. Le gusta porque le recuerda a un jardín botánico. Cuando llega el otoño se caen las hojas y en primavera con sus flores le transmite mucha alegría. Tiene alma propia…

Es un lugar donde nos unimos para celebrar cualquier evento, fiesta o una simple merienda rodeados de amigos y compañeros.

Es un espacio que suscita comentarios entre las visitas por lo bello que es.

El Profesional responde

¿Cómo actuar y prevenir una caída en nuestro familiar?

Jaime Martínez / Fisioterapeuta de Naguspea S.L.

Las personas mayores sufren caídas muy a menudo. Se estima que alrededor de un tercio de los ancianos que viven en sus casas y la mitad de los que están en residencias u otras instituciones similares tienen al menos una caída al año.

Es importante comentar que de los individuos que sufren una caída, entre el 5% y el 25% pueden presentar lesiones relevantes, y de los que requieren ingreso hospitalario tras una caída sólo el 50 % sobrevive un año después.

Las caídas son muy importantes en Geriatría por su elevada incidencia y por las consecuencias que acarrean.

Podemos dividir las consecuencias de una caída en **físicas, psicológicas y sociales**:

- **Consecuencias físicas**: fracturas (la más trascendental la de cadera y otras comunes son de pelvis, humero y radio), contusiones, heridas y lesiones neurológicas (hematomas subdurales, contusiones cerebrales y conmoción).
- **Consecuencias psicológicas**: miedo a volver a caer, pérdida de autonomía personal y autoestima, depresión, ansiedad y modificación de los hábitos de vida previos.
- **Consecuencias sociales**: necesidad de ayuda para las actividades cotidianas, cambio del domicilio (a menudo de familiares) por no poder vivir solos y hospitalización si las lesiones son importantes.

Algunas curiosidades...

Cinco habitos para prevenir el riesgo de sufrir ictus

Más de **120.000 personas** sufren al año un **Ictus** en España, cifra que se ha incrementado en los últimos años y que amenaza con hacer de ésta enfermedad una verdadera epidemia. Con **5 sencillos habitos** de vida alejaremos la posibilidad de sufrir un ictus y así disfrutar de una vida larga.

1. **Dieta saludable**: Es fundamental que **sea rica, variada** y sobre todo **baja en sal y grasas**. Se debe tratar de evitar el alcohol o al menos limitarlo en dosis importantes.
2. **Ejercicio rutinario**: Una vida sedentaria aumenta el riesgo de Ictus. Es necesario realizar **ejercicio diario,** adaptándolo a la edad y posibilidades físicas de cada persona.
3. **Evitar el tabaquismo**: Fumar es un factor de riesgo importante para el ictus, por lo que evitarlo te ayudará a reducir el riesgo de sufrirlo.
4. **Reducir el estrés**: Este es uno de los factores mas difícil de conseguir. Para reducirlo debemos encontrar en nuestro día a día momentos para cuidarnos.
5. **Controlar los niveles de colesterol y glucosa**: Es fundamental realizar **chequeos frecuentes** con el fín de detectar altos niveles de estas sustancias.

Mantener una vida saludable a través de estos habitos no nos garantiza no sufrir Ictus pero reduce mucho la posibilidad de enfrentarnos directamente a él. Exiten a la vez factores de riesgo sobre los que no podemos actuar, estos son la **edad, genética y raza**.

Agenda...

En el Centro Truiuondo...

- ✓ **Servicio Religioso**
  - Viernes 14 de Diciembre
  - Viernes 4 de Enero
- ✓ **Programa Intergeneracional**
  - Viernes 11 de Enero
- ✓ **PROGRAMACION ESPECIAL NAVIDEÑA**

De paseo por Bizkaia, hoy visitamos...

Isla de Izaro

Ízaro es una isla situada en aguas del mar Cantábrico, frente a las localidades de Bermeo y Mundaka a una distancia de 3 km de la primera y 2,2 km de la segunda. Sin embargo, el territorio pertenece a la villa de Bermeo. La isla ocupa el centro de la desembocadura de la ría de Mundaka, y se encuentra flanqueada por los cabos de Ogoño y Matxitxako. Está comprendida en el área natural de Urdaibai.

Sobre su titularidad es célebre la disputa mantenida entre la villa de Bermeo y la anteiglesia de Mundaca.

Cuenta esta leyenda que para dilucidar la propiedad de la isla, decidieron mundakeses y bermeanos disputar una regata bajo el arbitraje de Elantxobe, ya que esta última localidad que también reclamaba la isla, al parecer cedió finalmente a sus pretensiones.

La regata se conmemora actualmente el 22 de julio, día de Santa María Magdalena, con una fiesta de hermanamiento entre Mundaka, Bermeo y Elantxobe. En el acto principal de la fiesta, el alcalde de Bermeo, que lo será ese día también de Elantxobe y Mundaca, en presencia de los otros dos, lanza una teja al mar junto a la costa de Izaro, diciendo *"Honaino heltzen dira Bermeoko itxuginak"* (hasta aquí llegan las goteras de Bermeo), fórmula mediante la cual se renueva anualmente la posesión bermeana de la isla, y se asciende a ella para colocar una ikurriña y la bandera de Bermeo, siendo casi el único día del año que la isla

Nuestros pequeños trucos...

BUÑUELOS DE VIENTO

30 Buñuelos

Ingredientes

- 170 ml de agua
- 80 ml de leche
- 30 g de azúcar
- 1/2 cucharadita de sal
- 50 g de mantequilla
- La ralladura de 1 naranja o limón
- 3 huevos
- 150 g de harina
- Aceite para freír, de girasol u oliva suave

Preparación:

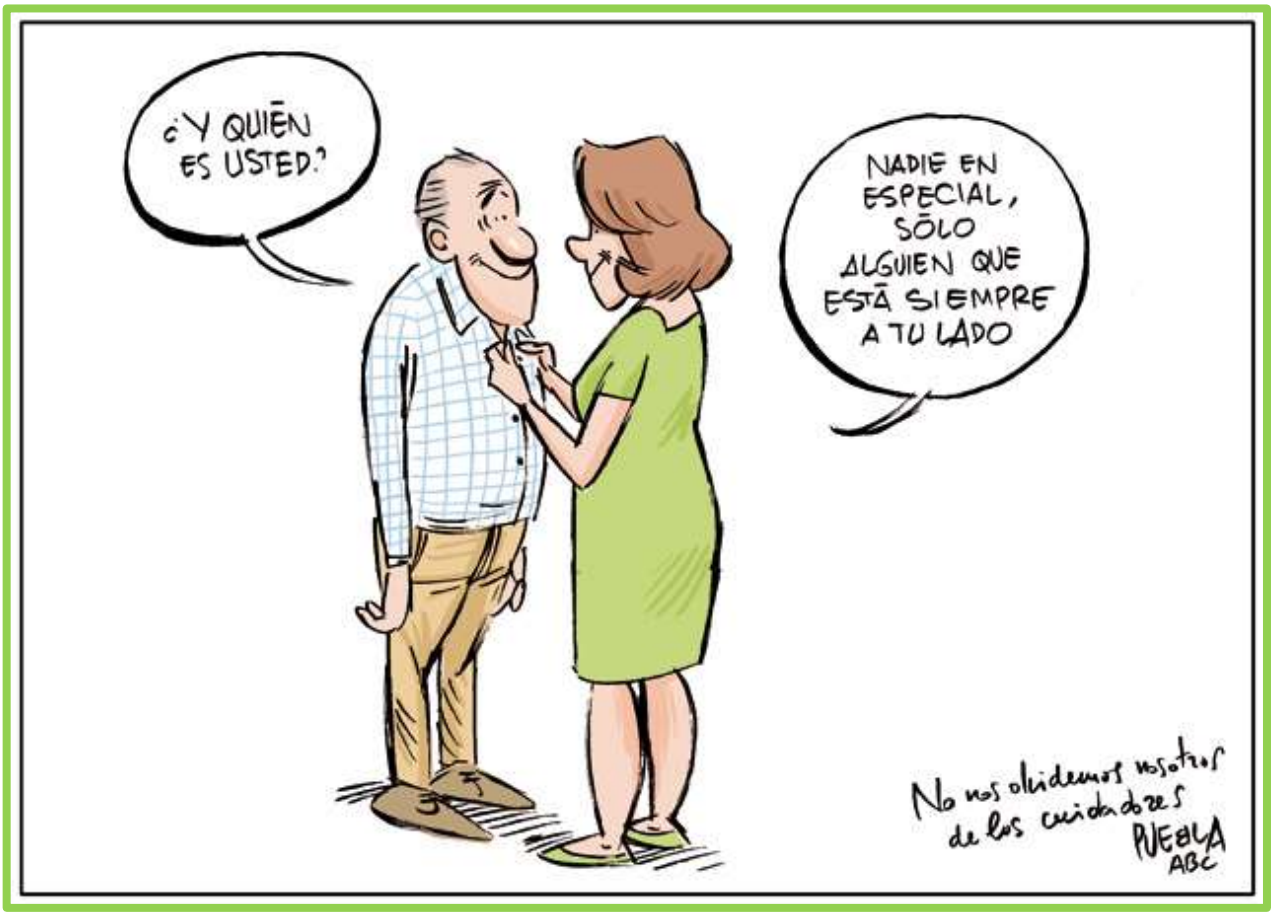
1. Tamizar la harina. Calentar en una cazuela la leche con el agua, la mantequilla, la sal, el azúcar y la ralladura de cítrico
2. En cuanto se derrita la mantequilla y hierva el total, añadir la harina de una vez y remover con un cucharón hasta conseguir una pasta homogénea que no se pega al fondo a las paredes. Dejamos reposar durante 10 minutos.
3. Agregar un huevo y revolver con fuerza hasta que se integre completamente en la masa. Hacer lo mismo con los huevos restantes, uno a uno. La masa debe quedar como una crema pastelera espesa, fina y sin grumos
4. Echar aceite en un cazo o sartén hasta unos 4 cm de altura. Calentar a fuego medio hasta que alcance unos 170 ºC
5. Sin dejar que el aceite tome más calor, introducir dos cucharas en él para que no se les pegue la masa. Coger con una de ellas un pedazo de masa del volumen de una nuez, redondearla con la otra cuchara y empujarla dentro del aceite.
6. Cuando comprobemos que el primer buñuelo crece y se dora lentamente dándole vueltas (2-3 minutos), sacarlo a un plato cubierto con papel absorbente. Proseguir con el resto de la masa, echando tantos buñuelos a freír a la vez como quepan holgadamente.
7. Una vez fritos todos, dejar que se enfríen. Si se quieren rellenar, hacer un corte transversal con la punta de unas tijeras e introducir el relleno con una manga pastelera o una cucharilla.

Sopa de Letras

O	A	S	J	O	A	R	S	O	C
T	D	F	O	H	O	J	A	S	O
O	L	R	H	Ñ	C	I	T	A	R
Ñ	A	I	V	U	L	L	O	Ñ	E
O	L	O	T	F	L	R	B	A	U
O	L	B	B	F	O	A	S	T	Q
A	M	A	R	I	L	L	O	S	S
H	S	S	J	A	Ñ	H	T	A	A
S	O	C	R	A	H	C	Ü	C	B
B	T	B	O	H	S	C	V	T	U
M	P	A	R	A	G	Ü	A	S	H
O	B	Ü	H	B	T	S	B	O	C

- OTOÑO
- HOJAS
- CASTAÑAS
- LLUVIA
- FRIO
- AMARILLOS
- CHUBASQUERO
- PARAGÜAS
- CHARCOS
- BOTAS

Viñeta



Nuestros Servicios:

Centro Geriátrico Truiuondo, en Zamudio:

- Plazas Privadas y forales.
- Estancias Indefinidas.
- Estancias Temporales:
  - Estancias Diurnas.
  - Estancias Nocturnas.
- Unidad de Rehabilitación y Convalecencia.

Centro de Día Truiuondo, en Zamudio:

- Plazas Privadas y forales.
- Estancias por horas.
- Unidad de respiro los fines de Semana.

Centro de Día El Karmelo, en Bilbao:

- Plazas forales.

Centro de Día Bizipoz Nerbioi, en Etxebarri:

- Plazas forales

Asistencia Integral en el domicilio (AID).

Centro Geriátrico Truiuondo y Centro de Día
Polígono Torrelarragoiti P- 6 - 48170 Zamudio
Tel.: 94.657.55.00 – Fax: 94.657.54.99
naguspea.zamudio@gmail.com

Centro de Día El Karmelo
El Karmelo, 10-A Bajo – 48004 Bilbao
Tel.: 94.459.76.32 - Fax: 94.412.91.97
naguspea.santutxu@gmail.com

Centro de día Bizipoz Nerbioi
Calle Pedro Lobato Alkatea 10-12-14 Etxebarri
Tel.: 94.651.03.16
naguspea.etxebarri@gmail.com

www.naguspea.es