

# Le réseau Asteria : un nouveau service à la personne

## CAZERES

Prendre soin d'une personne âgée malade ou dépendante mobilise beaucoup d'énergie et de temps, parfois au détriment de sa propre santé. Les infirmières, ostéopathes, diététiciennes et psychothérapeutes d'Asteria proposent un accompagnement aux aidants naturels, c'est-à-dire aux conjoints, enfants ou proches de personnes âgées, par des bilans personnalisés, groupes d'information et formations (dispensées par l'INSTEP). Cela concerne tous les soucis de la vie quotidienne : le budget et les démarches administratives, l'aménagement de la maison, la préparation des repas, les gestes et postures dans l'aide à la personne âgée et les gestes de première urgence. D'autre part, des groupes de parole, conduits par une psychothérapeute-psychologue du réseau, sont proposés pour permettre d'échanger sur les changements dans la vie sociale induits par la maladie ou la dépendance.

Asteria est financé par les organismes régionaux de santé publique. Une fois acquittée une cotisation de 5 €, toutes les interventions sont gratuites. Le réseau ne se substitue pas aux prises en charge médicales déjà en place, il vient en complément et en concertation avec ces intervenants.

Garder ou retrouver le plaisir de manger est fondamental pour les personnes âgées et les aidants.

Florence Duc, diététicienne à Cazères, intervient dans le cadre du réseau pour aider à remettre des repères dans le quotidien et adapter l'alimentation aux spécificités de la maladie. Elle ne propose pas de recette prédéfinie, mais adapte ses conseils en fonction des habitudes alimentaires de chacun, de ses goûts et des indications médicales particulières : régime sans sel, diabète... Par exemple, un régime alimentaire adapté en antioxydants peut compléter un traitement médical pour limiter les dégénérescences du système nerveux.

**Contact : Anne Jacquet, infirmière, Tél. 06 85 75 68 77.**