

Connaître ses besoins - la clé d'une bonne qualité de vie

Eva Holl, membre du comité des Panthères grises de Berne



Le projet Belia, initié par les Panthères grises de Berne, s'est donné pour mission d'améliorer le bien-être des personnes âgées. Pour cela, il faut connaître leurs besoins et apprendre comment les satisfaire. L'outil en ligne spécialement développé par les seniors à cet effet est disponible depuis juillet 2022 sur www.belia.me.

Nous souhaitons tous nous sentir bien dans notre peau. Pour y parvenir et le rester, il existe de nombreuses possibilités. Toutefois, les obstacles se multiplient avec l'âge. Des problèmes physiques, psychiques ou cognitifs surviennent et l'environnement social se restreint de plus en plus, limitant ainsi la qualité de vie. En même temps, il existe une large palette d'offres de la part des Communes et des organisations de seniors qui rendent beaucoup de choses possibles jusqu'à un âge avancé.

Les personnes âgées devraient donc se demander :

- ◆ Qu'est-ce qui est important pour moi pour une vie épanouie ?
- ◆ Pour lesquels de mes besoins ai-je besoin d'une assistance ?
- ◆ Où puis-je trouver ce soutien ?

L'outil Belia

Il vise à motiver les personnes âgées à clarifier ces questions et à les soutenir dans cette démarche. Actuellement, les étapes 1 et 2 sont disponibles. L'étape 3, l'attribution d'offres de soutien locales/régionales appropriées, sera réalisée à titre d'essai dans le cadre du projet dans le Canton des Grisons et dans la ville de Berne. Plus tard, d'autres régions et Communes devraient suivre avec leurs offres.

Le projet Belia

Besoins et qualité de vie des personnes âgées, en bref Belia, c'est aussi le nom du projet que les Panthères grises de Berne mettront en œuvre de 2022 à 23, en collaboration avec l'association des seniors des Grisons BKVS.

L'idée est née au sein du groupe de travail "Avenir adapté aux personnes âgées". La recherche d'informations fiables sur les besoins et du point de vue des personnes âgées n'avait pas débouché sur grand-chose d'utile. Le groupe de travail a donc décidé de s'atteler lui-même à la tâche. Au cours d'un long processus auquel ont participé plus de cent seniors, un catalogue complet des besoins a été établi sur des thèmes tels que la gestion du quotidien, la mobilité, la sécurité, les finances, les contacts sociaux, etc. Ce catalogue a donné naissance au Belia-Tool. Le projet poursuit plusieurs objectifs : au niveau individuel, Belia veut permettre aux personnes âgées de clarifier leurs besoins et de trouver le soutien dont elles ont besoin. Sur le plan structurel, il s'agit de faire en sorte que les Communes, les organisations de seniors orientent encore mieux leurs offres vers les préoccupations réelles des seniors. Pour ce faire, elles pourront utiliser les données collectées et anonymisées à partir de 2023.

Les ressources du projet reposent en premier lieu sur la part élevée de prestations propres des seniors. Promotion Santé Suisse, l'Office cantonal de la santé des Grisons, ainsi que la ville de Berne ont pu être convaincus de financer une partie du budget. Le fait de connaître ses propres besoins est un pas décisif vers une bonne qualité de vie, argument qui a manifestement convaincu. Raison pour laquelle nous vous invitons à participer, vous aussi !

