

## Les modalités d'admission

L'admission à GREMO-PASS se fait sur demande d'un professionnel de santé via le formulaire "Demande d'inclusion" à envoyer à : **GREMO-PASS@chru-strasbourg.fr**

## Les étapes de l'admission

- Un entretien de premier contact pour évaluer la pertinence de l'indication.
- Des entretiens de préparation au programme.
- Un traitement de 6 mois renouvelable.
- Une préparation à la fin du programme et au relais du suivi.

## Où nous trouver

Dans le bâtiment « **Médicale B** »  
au sein de l'Hôpital Civil :

1, Place de l'Hôpital 67000 Strasbourg

**Le Secrétariat est joignable tous les jours de 14h à 17h :**

**☎ 03.88.11.60.10**

Notre page sur le site internet des Hôpitaux Universitaires de  
Strasbourg :

**<https://www.chru-strasbourg.fr/le-programme-gremo-pass/>**

DISPOSITIF **GREMO-PASS**



GREMO-PASS est un programme pour le traitement de la dysrégulation émotionnelle sévère, comme dans le trouble de la personnalité borderline.

Il se base sur des principes de la Thérapie Comportementale Dialectique (TCD), et s'adresse à des personnes qui ont déjà bénéficié de traitements qui ont été insuffisamment efficaces.

## Qu'est-ce que la TCD ?

La Thérapie Comportementale Dialectique a été développée par Marsha Linehan. Elle a démontré son efficacité dans le traitement du trouble de la personnalité borderline et des troubles caractérisés par une dysrégulation émotionnelle sévère.

La TCD vise à aider les personnes concernées par ces troubles à aller vers une vie qui fait sens.

Elle se base sur la pratique de 4 familles de compétences décrites ci-dessous:

### Pleine Conscience

- Cultiver l'attention volontaire sur le moment présent sans jugement.
- Développer une observation plus fine de soi-même (émotions, pensées, actions...).

### Tolérance à la détresse

- Trouver des stratégies à adopter pendant les moments de crise.
- Apprendre à tolérer sa détresse et calmer les tensions internes.

### Efficacité interpersonnelle

- Améliorer les relations avec les autres.
- Apprendre à se respecter davantage, à dire non, pour à surmonter des obstacles relationnels.

### Régulation émotionnelle

- Mieux comprendre les émotions, leurs manifestations et leurs fonctions.
- Réduire la vulnérabilité émotionnelle et la souffrance.

## Le programme GREMO-PASS

L'intégration dans le programme GREMO-PASS se fait après une évaluation pluridisciplinaire.

Il n'y a pas de critère de sectorisation (hormis la faisabilité du déplacement à Strasbourg pour le traitement).

Les autres suivis seront interrompus pendant le programme.

Les entretiens de préparation permettent de déterminer les objectifs et de renforcer la motivation au traitement.

### Le programme est composé :

- De **rendez-vous psychothérapeutiques hebdomadaires** avec un thérapeute individuel.
- De **groupes d'apprentissages de compétences hebdomadaires** issues de la TCD.
- D'**ateliers complémentaires** facultatifs (hygiène de vie, relations, yoga...).
- D'un **coaching téléphonique** en cas de crise.
- Du **programme « connexions familiales »** à destination des proches qui souhaitent améliorer leurs connaissances et leurs compétences pour réduire leur souffrance et améliorer leur qualité de vie. (Pour plus d'information à ce sujet : <https://tpl-familles.org/>)