



Terr'à Grandir

S O M M E T P A R E N T S / A D O S

Le livret

Du 13 Au 17 Avril 2026

*Organisé et animé par
Fabienne Clavier*





Sommaire

| | |
|--------------------------------------|--------|
| Bienvenue | 1 |
| Introduction | 4 |
| Les Conférences | 7 à 13 |
| Quiz : quel parent êtes-vous ? | 9 |
| Prise de note à imprimer..... | 14 |
| Le Coffret du Sommet | 15 |
| Portrait | 16 |
| Conseils | 17 |



Bonjour et bienvenue au Sommet "Parents - Ados 2026"

Bravo à vous de faire ce pas vers plus de conscience dans votre parentalité, pour vous et surtout pour vos enfants !

Nous sommes heureux de vous accueillir tous les jours du 13 au 17 Avril 2026.

Vous pourrez visionner chaque jour **8 nouvelles conférences**, disponibles chacune pendant **24 h**.

Nous vous invitons à utiliser ce livret pour y annoter toutes vos découvertes, prises de conscience, astuces et exercices qui vous auront interpellé.

**Vous pourrez rejoindre la salle des conférences
du Sommet via ce lien :**

<https://www.fabienneclavier.com/salle-des-conferences-ados-2026/>



Le monde « merveilleux » de l'adolescence, on en parle ?

Votre enfant qui, il n'y a pas si longtemps, rêvait de jouer aux super-héros et construire des cabanes, s'est soudainement transformé en un être mystérieux parfois difficile à comprendre.

Il manque de confiance et d'estime en lui, se terre dans sa chambre et ne décroche plus un mot, passe son temps sur les écrans, râle en permanence, et peine à trouver sa place.

Pas de panique !

Il s'agit simplement de l'adolescence, une période agitée et riche en bouleversements.

En effet, cette phase incontournable n'est simple pour personne.

Votre enfant ressent une multitude de transformations. Son corps change. Il vit de véritables tsunamis.

Il a un besoin soudain d'autonomie. Il exprime plus précisément ses idées, ses valeurs, ses désaccords avec parfois quelques étincelles.

Il est pris dans l'urgence de l'orientation. Il manque parfois de confiance en lui. Il peut se sentir incompris.

Et nous aussi d'ailleurs ! Nous ne reconnaissons plus notre tout petit.

Nous nous sentons parfois démunis face à tous ces bouleversements.

Nous souhaitons les accompagner au mieux mais nous n'avons pas toujours toutes les clés pour nous aider et les aider.

Il est tout à fait possible, durant l'adolescence (de 10 à 18 ans), de rétablir un dialogue plus complice.

Tout l'enjeu consiste à comprendre ce qui se passe pour chaque ado, afin de mieux l'aider à vivre cette transition qui le conduit de l'enfance à l'âge adulte.

C'est pour cela que le Sommet Ados 2026 a été conçu comme une synergie de cerveaux experts pour aborder tous les sujets et apporter enfin des réponses concrètes aux nombreuses questions des parents et ados.



Les conférences du Sommet en 5 thématiques

1 - Mieux comprendre votre ado pour réagir avec sérénité au quotidien

Vous permettre de mieux comprendre ce qui se passe dans le cerveau, les émotions et le fonctionnement interne de votre adolescent, afin de prendre du recul face aux comportements déroutants et d'adapter votre posture.

2 - Renforcer et faciliter une relation sereine et complice

Vous aider à maintenir une relation solide avec votre adolescent tout en posant un cadre clair, afin de sortir des conflits permanents et retrouver une communication plus apaisée.

3 - Sortir des tensions autour des devoirs et de la motivation

Vous donner des clés concrètes pour accompagner votre adolescent dans sa scolarité, sans que les devoirs, l'organisation ou les écrans ne deviennent une source permanente de tensions.

4 - Aider votre ado à trouver sa voie et révéler son potentiel

Vous aider à accompagner votre adolescent dans la construction de son avenir, en comprenant les enjeux de l'orientation, les évolutions du monde professionnel et les étapes de maturation nécessaires.

5 - Ados atypiques : mieux comprendre pour mieux accompagner

Vous permettre de mieux comprendre les particularités de certains adolescents (hypersensibilité, TDAH, neuroatypies) afin d'adapter votre accompagnement et révéler leurs ressources.

Les conférences du Sommet sur 5 Jours

chaque conférence ouvre **dès 8h** et est accessible **24h** à partir de sa diffusion

Lundi 13 avril

A voir

Vue

En PRÉAMBULE Découvrez 5 PÉPITES COUP DE COEUR,
issues des précédents Sommets ADOS ... INCONTOURNABLES !



Que se passe-t-il dans le corps et le cerveau
de ton adolescent ? Approche neuroscientifique (2022)

Nadège Larcher



Reconnaître les signes de faible estime de soi
chez un adolescent (2024)

Nicole Schmidt de la Brelie



Transmettre l'art de la réconciliation et des excuses
à nos ados (2022)

Céline Domecq



Développer l'esprit critique - Pourquoi et comment ?
(2022)

Fany Ea



Sexualité et réseaux sociaux : Savez-vous vraiment ce à quoi
vos ados sont exposés ? (2022)

Margot Fried Fillozat



Cérémonie d'ouverture du Sommet

Une soirée EN DIRECT en compagnie de
plusieurs intervenants

Thème de la soirée : "Mieux comprendre son
adolescent : Pourquoi ce Sommet peut changer
votre quotidien ?"



Les conférences du Sommet sur 5 Jours

chaque conférence ouvre **dès 8h** et est accessible **24h** à partir de sa diffusion

Mardi 14 avril

A voir

Vue



Les neurosciences : C'est quoi être un adolescent ?
Anne Blandin



"Comprendre le monde de mon ado".
Entre expérience de parent et réalité de l'adolescent
Coralie Garnier



Les neurosciences : Dans la tête d'un parent d'ado !
Anne Blandin



Conversation entre une mère et sa fille : retour au coeur
de l'adolescence.
Emilie et Kanna



Mon ado doute de lui : comment inverser la tendance ?
Guillemette Destors



Fonctions exécutives et adolescence : pourquoi le passage
à l'action déraile ?
Isabelle et Pablo Jeanpert



Peur de parler en public : comprendre ce qui bloque nos
ados
Kanna Guigue



Trouver un langage commun pour préserver le lien grâce
à une approche ludique et scientifique
Fabienne Santier



Témoignages

Ils en parlent mieux que nous....

Marylise

un petit mot pour vous féliciter très chaleureusement pour l'organisation d'un tel sommet. J'ai été bluffée par la richesse des informations, par la diversité des intervenants, par la transversalité des thèmes abordés.

Catherine

Un sommet merveilleux avec plein de belles choses à écouter. Je tenais à vous en féliciter. Vous et votre équipe vous avez fait un travail remarquable. C'était vraiment passionnant....

Titou

Encore merci pour cette montagne d'informations très intéressantes. Vous avez vraiment choisi de belles conférences des sujets passionnants !

Huguette

j'ai aimé la simplicité mélangée avec un grand professionnalisme... Avec vous on avait vraiment l'impression d'être dans votre salon et c'était très chouette

Marion

Merci à toutes, ces échanges sont tellement enrichissants! Et merci aux intervenantes pour leur bienveillance

Cécilia

Juste un message pour vous dire merci pour ce sommet, mon mari regarde avec moi quasi toutes les conférences en replay !! Merci et bravo pour La qualité des intervenants

Florence

Merci pour ce salon. Très agréablement surprise. Contenu de qualité, avec des conseils pratiques, clairs qui permettent de mettre en pratique ou de changer nos habitudes. Merci merci.

Marie

Un sommet haut en couleurs !
Merci pour votre énergie à tous et tous ces apports riches de sens pour ma vie de maman



Les conférences du Sommet sur 5 Jours

chaque conférence ouvre **dès 8h** et est accessible **24h** à partir de sa diffusion

Mercredi 15 avril

A voir

Vue



Fixer des limites sans rompre le dialogue :
L'autorité juste : entre fermeté et bienveillance
Edna Guccia



On ne se comprend plus ! Des pistes pour avancer
autrement en famille
Cécile Stanilewicz et Gabrielle Sebire



Les 3 obstacles majeurs qui t'empêchent
de pleinement connecter avec ton ado.
Lydia Pfister



SOS J'ai un ado à la maison ! Parler pour rester
connectés.
Fany Ea



3 clés pour retrouver ta place de leader auprès
de ton ado
Lydia Pfister



Stop à l'irrespect : des solutions concrètes
pour les parents d'ados
Philippe Visset



Familles décomposées/recomposées :
Quelle place pour le beau-parent ?
Edna Guccia



Face au harcèlement : Les clés pour se protéger
et résister (ados & parents)
Sandra Baudin



Quel parent d'ado êtes-vous ?

Être parent d'un adolescent, c'est entrer dans une période de grands mouvements.

Les repères changent, les émotions prennent de la place, les mots parfois se cherchent... et la relation, elle aussi, évolue.

Dans cette étape si particulière, il est normal de douter, d'hésiter, de se demander si l'on fait « comme il faut ».

Car accompagner un ado, ce n'est pas suivre un mode d'emploi, mais avancer ensemble, pas à pas, dans une relation vivante.

Ce quiz, composé de 10 questions simples, vous propose un temps pour vous.

Un temps pour observer votre manière d'être parent aujourd'hui, reconnaître ce qui soutient déjà la relation, et repérer ce qui pourrait être ajusté pour traverser cette période avec plus de sérénité.

Ici, il n'est pas question de bons ou de mauvais parents.

Seulement de parents en chemin, qui font de leur mieux, avec leur histoire, leurs ressources et leurs limites.

Ce quiz est une porte d'entrée, une invitation à mieux comprendre votre posture parentale actuelle... et à continuer à faire grandir le lien, en respectant le rythme de chacun – le vôtre comme celui de votre adolescent.

Prêt(e) à découvrir votre style parental pour mieux comprendre votre ado ?

[cliquez ICI](#) ou sur l'image ci-dessous pour accéder au quiz



Les conférences du Sommet sur 5 Jours

chaque conférence ouvre **dès 8h** et est accessible **24h** à partir de sa diffusion

Jeudi 16 avril

A voir

Vue



Sortir de la bataille des devoirs : 3 principes pour les transformer en kiff pédagogique.

Sara Joban



Ses 2 phrases préférées : "A quoi ça sert l'école ?" / "J'ai pas envie de faire mes devoirs" Pourquoi disent-ils cela ?

Soline Scutella



Flemme des devoirs, comment aider son ado à se motiver ?

Karine Garnier



Comment dompter le stress des examens et optimiser ses révisions en 3 coups de crayon ?

Sara Joban



Écrans et devoirs, font-ils bon ménage ?

Karine Garnier



Comment l'IA peut aider votre ado à s'organiser et réviser à la maison ?

Alix Van Zeebroeck



Débranche ton ado ! Comment reprendre le contrôle des écrans ?

Philippe Visset



Le pouvoir caché d'un carnet « vivant » pour les adolescents, et les parents

Sophie Le Penher



Indiscrétions

Premières phrases clés du sommet

"L'idée c'est d'aller identifier ce qu'ils ont envie de vivre pour qu'ils prennent la responsabilité de leur besoin."

"C'est important d'aider les ados à construire leur esprit critique, leur capacité à réfléchir, leur capacité à analyser les conséquences de leurs actions."

"Les excuses ont un pouvoir fantastique, elles rassurent le lien et la relation. C'est nécessaire pour maintenir de bonnes relations."

On peut se poser la question "Qu'est-ce que moi j'aurais aimé entendre ou j'aurais aimé savoir ?"

"On peut conseiller nos enfants mais surtout pas les forcer et accepter qu'ils fassent des erreurs."

"Pourquoi vous avez tant envie que votre enfant rentre dans le moule ? Qu'est-ce qui est si important derrière ?"

"On croit toujours que le harcèlement ça arrive qu'aux autres jusqu'au jour où les autres c'est nous !"

"Rêver c'est l'endroit où tout est possible et c'est le moment où tu as le droit d'aller dans toutes les sphères que tu as envie d'imaginer !"

Les conférences du Sommet sur 5 Jours

chaque conférence ouvre **dès 8h** et est accessible **24h** à partir de sa diffusion

Vendredi 17 avril

A voir

Vue



Orientation de mon ado ! Observer, comprendre, guider.
Cécile Stanilewicz et Gabrielle Sebire



Les métiers de demain : pour quels jobs
préparons-nous nos ados ?
Meriem Draman



L'année de césure : Perte de temps ou tremplin vers la
maturité ?
Amélie Farizon



Se préparer aux premières règles (cycle menstruel)
Gaëlle Baldassari



Les parents face à l'opposition et la provocation des ados
neuroatypiques : pourquoi changer sa posture parentale ?
Soline Scutella



Être ado avec un TDAH : Entre distance et intensité
Virginie Diss



Adolescent hypersensible : fragilité ou force à révéler ?
Vanessa Lahmi



Neuroatypisme : Quand la multi exceptionnalité masque
le potentiel
Isabelle et Pablo Jeanpert



Témoignages

Ils en parlent mieux que nous...

Maria

Un grand merci pour tout ce que vous faites.
Ce coffret m'a apporté beaucoup dans ma vie
de jeune maman.

J'ai découvert des ateliers et exercices
insoupçonnés que j'ai mis en place
immédiatement.

Mon fils a même fait son premier signe avec sa
sœur. Epatant !

Isabelle

Entretien riche et avec des
regards
et conseils complémentaires.
Merci à vous !

Mona

C'était tellement bien de
vous écouter, merci pour ce
que vous avez dit et pour ce
que vous portez comme
message! :-D

Aline

Fabienne, je tenais à vous féliciter pour ce
beau sommet et tous les intervenants de
qualité qui y ont participé. J'ai acheté le
coffret et, outre la richesse des
conférences, les ateliers sont vraiment
complets et complémentaires. Merci pour
cette belle initiative.

Florence

Merci pour ce salon. Très
agréablement surprise. Contenu
de qualité, avec des conseils
pratiques, clairs qui permettent
de mettre en pratique ou de
changer nos habitudes. Merci
merci.

Juliette

Merci beaucoup à toi Fabienne et à
toutes les dames qui nous ont fait
profiter de leurs connaissances et
expériences. Je vous ai écouté jusqu'à
la fin sans perdre un mot autant ce
fut intéressant. J'ai même pris plein de
notes pour les relire.
Merci encore pour votre générosité.



Prise de notes

Vous pouvez aussi utiliser un petit carnet personnel ou imprimer cette feuille en plusieurs exemplaires.

chaque conférence est accessible dès 8h et visible pendant 24h



PROFITEZ DES CONFÉRENCES ET ATELIERS À VOTRE RYTHME

Au-delà des 24h d'accès libre et gratuit aux conférences,
conservez et consultez à tout moment ces contenus à vie, en illimité
grâce au COFFRET Ressources digital "PARENT / ADO"

Construisez une relation HARMONIEUSE avec votre ado :
Les meilleurs conseils et ressources de 25 Experts
réunis dans ce Coffret pour vous permettre
de mieux le COMPRENDRE et l'ACCOMPAGNER



- Aider votre ado à **réussir ce passage** de l'enfance vers l'adulte avec plus de douceur
- Construire ou rétablir une **communication sereine**
- Savoir **poser des limites** fermes et bienveillantes, et désamorcer les "pétages de plomb"
- Muscler **sa confiance et son estime de lui**
- **Le protéger** du regard des autres
- Développer et renforcer **sa capacité à savoir dire NON** afin qu'il se respecte et se fasse respecter
- Comprendre et **gérer ses émotions** (les vôtres et les siennes)
- Développer **ses compétences de réussite** sans que vous soyez "derrière" !
- Faire émerger **ses talents et son potentiel**
- Le guider dans **ses choix pour son avenir** et de créer son avenir
- Comprendre **les transformations physiques et psychiques** qu'il vit, qui provoquent certains comportements, pour mieux y faire face

Réservez
en cliquant ici
vosre coffret

Portrait

Fabienne Clavier

Organisatrice et animatrice des Sommets Terr'à Grandir depuis 2018 :
Sommets "Tout ce qu'on n'apprend pas à l'École", "Vivre les émotions en famille",
"ADOS", "Petite Enfance", "bébé " et "grossesse ", "Parents du monde de demain"
Déjà plus de 180 000 familles ont participé à ces Sommets !

"Je suis mariée, maman de 2 grands enfants, une fille et un garçon.

J'ai longtemps été infirmière puéricultrice, en service de pédiatrie et néonatalité.

Depuis l'âge de 20 ans, je me passionne pour le développement personnel et l'accompagnement dans la parentalité.

Me sentant démunie face à ma propre parentalité, j'ai cherché des outils pour m'aider à grandir en tant que maman et mieux accompagner mes enfants dans leur santé, leur développement, leur psychologie...leur avenir !

Ma mission est de transmettre aux parents et futurs parents des connaissances croisées et les aider à devenir LE parent que chacun souhaite être en fonction de ses valeurs, son passé et du nouveau monde.

C'est pourquoi, je vais à la recherche de professionnels de la parentalité, reconnus dans leur domaine, pour que chacun puisse vous transmettre le meilleur de leur expertise.

J'anime et interviewe les intervenants.

Je ne me prétends ni "journaliste" ni coach parental.

Je me positionne et questionne les intervenants comme un parent qui souhaite avoir des réponses à ses questions"



Contactez Fabienne Clavier :
contact@fabienneclavier.com



Conseils pour bien profiter du sommet

Accès aux conférences

- Chaque jour vous recevrez un mail avec les accès aux conférences et aux directs du jour
- 8 conférences seront publiées chaque jour à 8h (heure de Paris) et visibles pendant 24h.
- Sur chaque page de conférence, vous trouverez un accès à la vidéo mais aussi le cadeau de l'intervenant (disponibles uniquement à partir du 18 avril), le lien vers un espace commentaires et les liens pour en savoir plus sur chaque intervenant.
- Vous avez moyen de visionner la conférence en illimité ainsi que des bonus additionnels en achetant [le coffret du Sommet.](#)


Pour échanger et partager avec nous, rejoignez nous :

En cliquant sur les logos



En cas de soucis techniques

- Afin d'éviter moulinage et coupure de vidéo, nous vous conseillons de visionner la conférence sur le navigateur : Google chrome ou Mozilla Firefox
- Coupez toute source qui consomme de la bande passante (skype, Facebook...)
- Si la vidéo mouline, mettez sur pause quelques instants puis redémarrez

A photograph of a woman with dark hair pulled back, smiling warmly as she hugs a young girl from behind. The girl has her eyes closed and a peaceful expression. They are outdoors, with a blurred background of trees and foliage. A white speech bubble with a dark blue border is overlaid on the bottom right of the image.

Prenez soin de vous,
de vos enfants,
de votre famille !