

Welcome to Family Navigator News!

This bi-monthly newsletter is an opportunity for Military Family Resource Centres and Canadian Forces (CF) families with special needs and responsibilities to share stories, ideas, tips and resources from across the country. For more information about the Navigator Program, go to www.familynavigator.ca.

Topic of the month

What to do if you suspect your child has a learning disability

Report cards are starting to come home and your child is halfway through the school year. Now is the time that you will start to see if your child is having challenges with their learning. For Canadian Forces (CF) Families there is often a lot of transition during the school year, such as a deployment or relocation, which may affect your child's progress in school. Stress can also have an effect on the child's ability to manage. With all of these transitions it can be hard to identify if your child is struggling at school because of the emotional impact of the transitions or if they have a challenge with learning. It is important to detect a learning disability early so that the child can build a solid foundation in learning. In this newsletter, you will find the steps to take if you suspect your child has a learning disability and resources to help you along the way. The steps to take if you suspect your child has a learning disability:

- Connect with your child's teacher – share your concerns with your child's teacher. The teacher might have similar concerns and the teacher could offer strategies to help. The teacher can initiate any testing and assessments that need to be done in the school system to determine whether your child has a learning disability.
- Rule out emotional or physical problems – observe your child and check to see if there are any emotional or physical problems that might be affecting your child's performance at school. Has a parent recently left or returned from a deployment? Has your family recently relocated? Transitions can be very stressful for some children and may come out in their performance at school. It is also important to have your child's hearing and vision tested to rule out these concerns.
- Get assessments done – having assessments done can often be a long process and there can be waitlists for many types of assessments. Start the process now! Assessments, such as a psychological educational assessment, will help identify what kinds of challenges your child is having. Once assessments are done, the school will be able to target supports to meet your child's educational needs.
- Ask for help – check for resources and organizations in your community to assist you. As a



It can be hard to identify if your child is struggling at school because of the emotional impact of the transitions or if they have a challenge with learning.

Canadian Forces Family, you can contact your local MFRC for support, or find a list of local resources at www.familynavigator.ca. These sources will help you navigate the education system and community resources in order to find support for your child. Other non-profit organizations such as the Learning Disability Association of Canada have local chapters that offer programs, support and education for persons affected by a learning disability. Go to their website www.ldac-acta.ca to find your local chapter.

How to identify a Learning Disability

The Learning Disabilities Association of Canada has a bilingual website with information on how to identify a learning disability. Go to www.ldac-acta.ca and choose their Learning Disability at a Glance Section to learn more.

resources of the month

ADDITUDE Magazine is a magazine and website that includes a variety of useful tools, tips, articles and a blog to support persons affected by ADHD or a learning disability. Go to www.additudemag.com for more information.



Kids Can Cope: Parenting Resilient Children at Home and at School is a publication of the Psychology Foundation of Canada available in the Parents section of their website at www.psychologyfoundation.org. This booklet has strategies to help children build learning skills at home.



Check out the Family Navigator page on Facebook and Twitter.



Bienvenue sur le bulletin d'informations du Navigateur destiné aux familles!

Cette lettre d'information bi-mensuelle est l'occasion pour les familles des militaires et des centres de ressources des familles des militaires des Forces canadiennes (FC) de partager des histoires, des idées, des conseils et des ressources de partout au pays avec les familles ayant des besoins spéciaux et des responsabilités. Pour de plus amples renseignements sur le programme Navigateur, visitez le www.familynavigator.ca.

Thème du mois

Que faire si vous soupçonnez que votre enfant a un trouble d'apprentissage

Les cartes de comportement commencent à revenir à la maison et votre enfant est à mi-parcours de l'année scolaire. Il est maintenant temps de voir si votre enfant éprouve des difficultés au niveau de son apprentissage. Pour les familles des Forces canadiennes (FC), il ya souvent beaucoup de transition au cours de l'année scolaire, comme une mutation ou une relocalisation, et ceci peut affecter les progrès de votre enfant à l'école. Le stress peut également avoir un effet sur la capacité de l'enfant à gérer.

type de soutien afin de répondre aux besoins éducatifs de votre enfant.

- Demandez de l'aide – Trouvez les ressources et organisations dans votre communauté pour vous aider. En tant que famille des Forces canadiennes, vous pouvez communiquer avec votre CRFM local pour du soutien, ou trouver une liste des ressources locales au www.familynavigator.ca. Ces sources vous aideront à naviguer dans le système éducatif et les ressources communautaires afin de trouver du soutien pour votre enfant. D'autres organisations à but non lucratif comme l'Association des troubles d'apprentissage du Canada ont des sections locales offrant des programmes, soutien et éducation pour les personnes touchées par un trouble d'apprentissage. Allez sur leur site web www.ldac-acta.ca pour trouver votre section locale.

Avec toutes ces transitions, il peut être difficile d'identifier si votre enfant éprouve des difficultés à l'école en raison de l'impact émotionnel de la transition ou si votre enfant éprouve des défis d'apprentissage. Il est important de détecter un trouble d'apprentissage le plus rapidement possible afin que l'enfant puisse construire une base solide au niveau de son apprentissage. Dans ce bulletin, vous trouverez les mesures à prendre si vous soupçonnez que votre enfant a un trouble d'apprentissage ainsi que des ressources pour vous aider dans vos démarches.

Les mesures à prendre si vous soupçonnez que votre enfant a un trouble d'apprentissage :

- Communiquer avec l'enseignant de votre enfant – Partagez vos préoccupations avec l'enseignant de votre enfant. L'enseignant pourrait avoir les mêmes préoccupations et ce dernier pourrait vous proposer des stratégies afin vous aider. L'enseignant peut proposer des tests et des évaluations qui doivent être fait dans le système scolaire afin de déterminer si votre enfant a un trouble d'apprentissage.
- Identifiez les problèmes émotionnels ou physiques – Observez votre enfant et vérifiez s'il y a des problèmes émotionnels ou physiques qui pourraient affecter les performances de votre enfant à l'école. Est-ce qu'un parent a récemment quitté ou est de retour d'un déploiement? Votre famille a-t-elle déménagé récemment? La transition peut être très stressante pour certains enfants et ceci peut s'en ressentir sur leurs performances à l'école. Il est également important de faire des tests de vision et de l'ouïe de votre enfant pour écarter ces préoccupations.
- Obtenez les évaluations terminées – Obtenir les évaluations peut souvent être un processus long et il peut y avoir des listes d'attente pour de nombreux types d'évaluations. Démarrez le processus maintenant! Les évaluations, comme une évaluation psychologique éducationnelle, permettra de déterminer quels sont les défis auxquels votre enfant fait face. Une fois les évaluations terminées, l'école sera en mesure de cibler le



Ressource du mois

ADDitude Magazine est un magazine et un site web qui comprend une variété d'outils utiles, des conseils, des articles et un blog pour soutenir les personnes touchées par le TDAH ou un trouble d'apprentissage. Aller à www.additudemag.com pour plus d'informations.



Les enfants peuvent s'en sortir : Favoriser la résilience des enfants à la maison et à l'école est une publication de la Fondation de psychologie du Canada disponible dans la section des parents de leur site web à www.psychologyfoundation.org. Cette brochure a des stratégies pour aider les enfants à acquérir des compétences d'apprentissage à la maison.

Comment identifier un trouble d'apprentissage

L'Association des troubles d'apprentissage du Canada a un site web bilingue contenant de l'information sur la façon d'identifier un trouble d'apprentissage. Aller à www.ldac-acta.ca et choisissez le trouble d'apprentissage.

  **Veillez consulter la page Web Navigateur sur Facebook et sur Twitter.**