

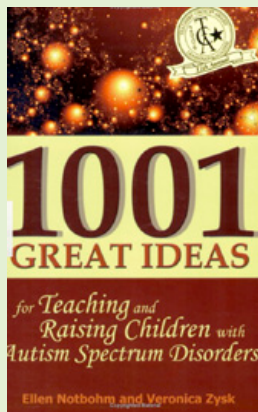
## Welcome to Navigator News!

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. As the summer months are approaching, this edition will focus on inclusion for children with special needs in summer camps. For more information about the Navigator Program go to [www.familynavigator.ca](http://www.familynavigator.ca)

### resource of the month

#### For children with Autism or Asperger's

"1001 Great Ideas for Teaching and Raising Children with Autism or Asperger's" by Ellen Notbohm and Veronica Zysk is a revised and expanded second edition book with tips and strategies for parents. It includes information on communication, behavior, and being social which can help in preparing for camp.



 **Check out the Family Navigator page on Facebook and Twitter.**



## Topic of the month

### Summer Fun

Inclusion in summer programs is essential for children with special needs because it provides an opportunity to try new activities in a safe and fun environment. These experiences help to improve a child's self-confidence, independence, and social skills, and most importantly provide fun without barriers! For a CF Family, summer camp can have some extra benefits and challenges. If the CF family has recently relocated to the area, summer camp might connect the child with new friends; however, if there is a deployment, the child might need extra support to cope with emotions. If your child is experiencing challenges with deployment or relocation please check with your local MFRC for the variety of programs they offer to support you.

### Choosing a Summer Camp

Based on the availability of summer camp programs in your community and with consideration of your child's abilities and challenges, it is important to decide whether to send your child to a specialized camp for children with special needs. Choosing a summer camp that focuses on your child's abilities and interests will make your child's summer camp experience a positive one. There are a variety of ways to find a day camp in your local community. Check with your local MFRC, PSP and community centers to find out what programs they offer and if they are accessible for children with special needs. The internet is also a great resource. Check out [www.mysummercamps.com](http://www.mysummercamps.com) search engine which is geared to help parents find a camp for their child. Summer camps can be searched by postal code, region, or program specific camps such as a special needs camp.

Set up an appointment to meet with the camp coordinator to ensure that your child's accessibility and support needs will be met. You may need to check with your local health authority regarding the process of applying to have a support worker attend camp with your child. **Here are some questions to ask to help you choose the right summer camp for your child:**

- Is the camp accredited?
- Do any of the staff have specialized training?
- Does the camp provide support workers or is that the parent's responsibility?
- What is the ratio of staff to campers?
- What does a typical day schedule look like?



### Tips for Transitioning into Summer Camp

#### One Month Ahead:

Once you have selected a camp, take your child to visit the facility and if possible to meet the camp staff. Check with the camp to find out what items your child will need to bring to camp each day. Encourage the child to help you pack those items into his or hers camp backpack. With the use of the family calendar you can mark the camp start date and each day your child can countdown to the beginning of camp. Spend time talking about all of the exciting things your child will do at camp and address any concerns they may have.

#### One Week Ahead:

If you have photos of yourself as a child attending summer camp show them to your child and talk about all of the exciting things you did. This creates an opportunity for the child to ask questions.

If your child is feeling anxious about a particular aspect of camp create a social story with them that will help them prepare for what to expect. If your teenager is experiencing anxiety about camp help them to create a comic strip that works through their anxiety. (This tip was provided by Power to Be Adventure Therapy, located in Victoria, BC, which provides recreational activities to youth with disabilities, illness or young people considered to be at risk).

Discuss the camp's rules and expectations with your child so they understand what is expected.

## Bienvenue, familles de navigateurs!

Ce bulletin bimestriel est une occasion qui permet aux Centres de ressources pour les familles des militaires (CRFM) et aux familles des membres des Forces canadiennes (FC) ayant des responsabilités et des besoins spéciaux de partager des histoires, des idées, des conseils pratiques et des ressources disponibles à travers le pays. Étant donné que les vacances d'été approchent, cette édition mettra l'accent sur l'inclusion des enfants ayant des besoins spéciaux dans les camps d'été. Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter le site Navigateur au [www.familynavigator.ca](http://www.familynavigator.ca).

## Thème du mois

### Un été de plaisir!

L'inclusion des enfants ayant des besoins spéciaux dans la programmation des activités estivales est très importante. En effet elle donne l'occasion à ces enfants d'essayer de nouvelles activités dans un environnement sécuritaire et amusant. Ces expériences aident à améliorer la confiance en soi, l'indépendance, les aptitudes sociales, et surtout à leur permettre de profiter des loisirs de l'été sans obstacles! Pour un membre des FC, un camp d'été peut avoir non seulement quelques avantages supplémentaires mais aussi quelques défis. Pour une famille des FC qui vient d'emménager dans une communauté, le camp d'été pourrait permettre à leur enfant de rencontrer de nouveaux amis; toutefois si l'enfant vit le déploiement d'un parent, il pourrait avoir besoin d'un soutien supplémentaire pour composer avec ses émotions. Si votre enfant éprouve de la difficulté à composer avec un déploiement ou un déménagement, contactez votre CRFM afin de prendre connaissance des divers programmes offerts pour vous venir en aide.

### Choisir un camp d'été

Il est important de décider si vous allez envoyer votre enfant au camp d'été spécialisé pour enfants ayant des besoins spéciaux. Votre décision sera basée sur la disponibilité de programmes de camps d'été dans votre communauté et elle tiendra compte des habiletés et des défis de votre enfant. Pour que votre enfant vive une expérience positive tout au long du camp d'été, il faut choisir un camp d'été qui met l'emphase sur les intérêts et les habiletés de votre enfant. Il y a diverses façons de trouver un camp de jour dans votre communauté. Veuillez vous renseigner auprès de votre CRFM, du PSP et de centres communautaires afin d'identifier quels programmes sont offerts et s'ils sont accessibles aux enfants ayant des besoins spéciaux. Internet est aussi une bonne ressource. Veuillez visiter le site Web [www.mysummercamps.com](http://www.mysummercamps.com), il est conçu pour aider les parents à trouver un camp d'été pour leur enfant. Vous pouvez faire la recherche des camps d'été selon le code postal, la région, ou selon des programmes spécifiques offerts tel qu'un camp pour enfants ayant des besoins spéciaux.

Veuillez prendre rendez-vous avec le coordonnateur (la coordonnatrice) du camp afin de vous assurer que les besoins de votre enfant ayant trait à l'accessibilité et au soutien seront satisfaits. Vous aurez peut-être besoin de consulter vos services de santé locaux concernant le processus de demande afin qu'un(e) aide accompagne votre enfant à son camp. **Voici quelques questions que vous pouvez poser afin de choisir le camp d'été convenable à votre enfant:**

- Est-ce que le camp est agréé?
- Est-ce qu'il y a parmi les membres du personnel, ceux qui ont reçu une formation spécialisée?
- Est-ce que le camp fournit le personnel de soutien, ou c'est la responsabilité des parents?
- Quelle est la proportion de membres du personnel par rapport au nombre de campeurs?
- À quoi ressemble la programmation des activités pour une journée typique?

### Conseils pratiques pour faire la transition vers le camp d'été

#### Un mois en avance:

Une fois que vous avez choisi un camp, amenez votre enfant le visiter et si possible rencontrer le personnel.

Renseignez-vous auprès du personnel pour savoir quels articles votre enfant aura besoin d'amener au camp chaque jour. Encouragez votre enfant à vous aider à mettre ces articles dans son sac à dos.

Vous pouvez indiquer sur le calendrier familial la date de commencement du camp d'été, ainsi chaque jour votre enfant peut faire le compte à rebours jusqu'au jour de son départ pour le camp.

Passez du temps à parler de toutes les choses formidables et passionnantes que votre enfant fera au camp et à répondre à toutes ses questions de façon rassurante.

#### Une semaine en avance:

- Si vous avez des photos de vous-mêmes durant votre enfance dans un camp d'été, montrez-les à votre enfant et décrivez toutes les choses intéressantes que vous avez faites. Cette discussion pourrait générer des questions de la part de votre enfant.
- Si votre enfant se sent anxieux au sujet d'un aspect particulier du camp, pensez à des histoires qui incluent des mises en situation de la vie sociale. Ceci pourra l'aider à se préparer à composer avec d'éventuelles circonstances. Si votre enfant est un(e) adolescent(e) qui éprouve de l'anxiété au sujet du camp, vous pouvez l'aider à créer une bande dessinée qui explore l'anxiété en question et cela peut lui permettre de la gérer. (Ce conseil pratique nous vient de Power to Be Adventure Therapy, organisme basé à Victoria, C.-B., qui organise des activités récréatives pour jeunes ayant un handicap, des maladies ou pour jeunes gens considérés être à risque).
- Discutez des règlements et des attentes du camp avec votre enfant, afin qu'il sache à quoi s'attendre.

### Ressource du mois



### Troubles envahissants du développement:

Guide de stratégies à l'intention des parents et des professionnels de Suzanne Mineau

Vous pouvez vous procurer ce livre à l'adresse suivante:  
<http://www.editions-chu-sainte-justine.org/>

Ce guide d'intervention a été élaboré par des psychoéducatrices du CHU Sainte-Justine, dans le cadre de la Clinique d'évaluation des troubles envahissants du développement chez les 0-5 ans. Il a pour but de fournir aux parents et aux professionnels les premières pistes d'interventions à mettre en place dans le quotidien de ces enfants.

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

