

FAMILY RESOURCE NEWSLETTER

FEBRUARY 2025



BLACK-OWNED BUSINESSES



► Wellness with Jason Dotson

Offers various therapeutic services tailored to individuals' and families unique needs. Including family therapy, couples therapy, and intensive in-community therapy. Our team specializes in serving diverse populations, including adolescents, LGBTQIA+ individuals, juvenile justice-involved youth, minority men, and black and brown youth.

► Next Man Up

A safe haven for at-risk youth of the Central Jersey area(s) to spend time that would otherwise be wasted. We will uphold the highest of standards and be a positive, influencing force in the lives of these young men through education, life skills, and sports

► Sounds of Tomorrow Academy

A organization dedicated to empowering youth and adults through creativity, vocational training, education, and life skills. They offer programs for creatives in music, media, and the arts, as well as those seeking personal and professional growth.

► SMP Love

They provide young people with lifelong skills to support their mental, spiritual, social, and emotional wellbeing. They strive to help individuals navigate throughout life using positive coping mechanisms. As well as empower them by building their self-esteem and helping them establish healthy relationships with their families and communities.

DID YOU KNOW?

Tri County CMO has their own Race and Gender Equity Committee! The COURAGE Committee, which plans and facilitates Race & Gender Equity experiences for staff within the agency. We have had many different cultural lunches, trainings, hope & healing circles, and more!

We strive to advocate, support, and celebrate those of different backgrounds, race and gender. Click on our website at the bottom of this page to learn more!

TEEN DATING VIOLENCE AWARENESS AND PREVENTION MONTH

A month-long effort focuses on advocacy and education to stop dating abuse before it starts. Every February, nationwide, young adults and loves ones spread awareness on such an important issue.

► [Safe in Hunterdon](#)

[Safe + Sound Somerset](#) ◀

► [DASACC](#)

RESOURCES & EVENTS IN YOUR COUNTY

FEBRUARY 2025



Warren County



- [ILRC: Community Resources](#)
- [02/12: Know your Rights with NJDOL \(virtual in Spanish\)](#)

Hunterdon County



- [ILRC: Community Resources](#)
- [02/07: Self Care Strategies during pregnancy & postpartum](#)
- [02/15: Girls in STEM](#)

Somerset County



- [ILRC: Community Resources](#)
- [02/01: FREE Tax Filing](#)
- [02/07: Self Care Strategies during pregnancy & postpartum](#)

COMMUNITY CONNECTIONS

Every month TCCMO has the privilege of inviting an agency to come and speak to our operations department. They use this time to talk about their services and how they can help serve YOU, the families we work with!

In January we had **imagine**, a grief support center for children, young adults and families dealing with death of a parent, sibling or a child. Click the image below for more!



imagine

NURTURED HEART APPROACH®

The nurtured heart approach is a philosophy for creating healthy relationships with people in your life.

TCCMO offers two monthly trainings every 2nd tuesday from 6:00PM-8:30pm & every 3rd wed from 10:30AM-1:00pm

For more information, please contact Janet Hrehowesik

- JHrehowesik@tricountycmo.org

DONATE TODAY!

Ready to make a big impact? Partner with us to fundraise for Tri County CMO families!

Email **Deja Amos** today

- damos@tricountycmo.org ◀

Click below to donate

- [Support our families](#) ◀

BOLETIN DE RECURSOS FAMILIARES

FEBRERO 2025



NEGOCIO DE PERSONAS AFRODESCENDIENTES

BLACK HISTORY MONTH

► Wellness with Jason Dotson

Ofrecen diversos servicios terapéuticos adaptados a las necesidades únicas de individuos y familias. Incluyendo terapia familiar, terapia de pareja y terapia intensiva en la comunidad. El equipo se especializa en servir a poblaciones diversas, incluyendo adolescentes, individuos LGBTQIA+, jóvenes involucrados en el sistema de justicia juvenil, hombres de minorías y jóvenes negros y morenos.

► Next Man Up

Un refugio seguro para los jóvenes en riesgo de la zona central de Jersey, donde puedan pasar el tiempo que de otro modo sería desperdiciado. Next Man Up es una fuerza positiva y de influencia en la vida de estos jóvenes a través de la educación, habilidades para la vida y deportes

► Sounds of Tomorrow Academy

Una organización dedicada a empoderar a jóvenes y adultos a través de la creatividad, la formación vocacional, la educación y las habilidades para la vida. Ofrecen programas para creativos en música, medios y artes, así como para aquellos que buscan crecimiento personal y profesional

► SMP Love

Brindan a los jóvenes habilidades para toda la vida que apoyan su bienestar mental, espiritual, social y emocional. Se esfuerzan por ayudar a las personas a navegar la vida utilizando mecanismos de afrontamiento positivos. Además, los empoderan al fortalecer su autoestima y ayudarlos a establecer relaciones saludables con sus familias y comunidades.

SABÍAN QUE?

TCCMO tiene su propio Comité de Equidad Racial y de Género! El Comité COURAGE, que planifica y facilita experiencias de Equidad Racial y de Género para los empleados de TCCMO. Han planeado muchos almuerzos culturales, capacitaciones, círculos de esperanza y sanación, y mucho más!

Se esfuerzan por abogar, apoyar y celebrar a aquellos de diferentes orígenes, razas y géneros.

Haz clic en nuestro sitio web al final de esta página para obtener más información!

MES DE CONCIENTIZACIÓN Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO ADOLESCENTE

Un esfuerzo centrado en la defensa y educación para detener el abuso en las relaciones antes de que comience. Cada febrero, a nivel nacional, los jóvenes y sus seres queridos difunden conciencia sobre este tema importante.

► Safe in Hunterdon

Safe + Sound Somerset ◀

► DASACC

Conéctate con nosotros

► www.tricountycmo.org ► www.tricountyresourcenet.org



RECURSOS Y EVENTOS EN SU CONDADO!

FEBRUARY 2025



Condado de Warren



- [ILRC: Community Resources](#)
- [02/12: Know your Rights with NJDOL \(virtual in Spanish\)](#)

Condado de Hunterdon



- [ILRC: Community Resources](#)
- [02/07: Self Care Strategies during pregnancy & postpartum](#)
- [02/15: Girls in STEM](#)

Condado de Somerset



- [ILRC: Community Resources](#)
- [02/01: FREE Tax Filing](#)
- [02/07: Self Care Strategies during pregnancy & postpartum](#)

CONEXIONES COMUNITARIAS



Cada mes, TCCMO tiene el privilegio de invitar a una agencia a venir a hablar con nuestro departamento de operaciones. Utilizan este tiempo para hablar sobre sus servicios y cómo pueden ayudar a las familias con las que trabajamos

En enero tuvimos a Imagine, un centro de apoyo para el duelo para niños, jóvenes y familias que enfrentan la muerte de un padre, hermano o hijo. ¡Haz clic en la imagen abajo para más información!



MÉTODO DEL CORAZÓN NUTRIDO®

El enfoque del corazón nutrido es una filosofía para crear relaciones saludables con las personas en su vida.

TCCMO ofrece dos entrenamientos mensuales, cada segundo martes de 6:00 PM a 8:30 PM y cada tercer miércoles de 10:30 AM a 1:00 PM

Para más información, por favor contacte a

- JHrehowesik@tricountycmo.org

DONA HOY!

Listos para hacer un gran impacto? Únete a nosotros para recaudar fondos para las familias de Tri County CMO!

**Envía un correo electrónico a
Deja Amos hoy!**

- damos@tricountycmo.org

Haz clic abajo para donar

- [apoya a nuestras familias](#)

Conéctate con
nosotros

➤ www.tricountycmo.org ➤ www.tricountyresourcenet.org

