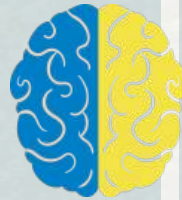


# FAMILY RESOURCE NEWSLETTER

March 2025



## Community Connections & World Teen Mental Wellness Day



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!

These agencies go hand in hand with **World Teen Mental Wellness Day!** It is observed every year on

March 2nd! It is a day to spread awareness, decrease the stigma, and start conversations on how we can better serve youth in our communities! Check out the resources below that offer services and support in our three counties!



A nonprofit in Somerset County, NJ. That builds trust with youth to help them make positive decisions, gain job skills, serve the community, develop leadership, improve academics, and more! Ensuring youth get the support they need to succeed.



A nonprofit in Phillipsburg, NJ that supports vulnerable youth with educational, recreational, and athletic opportunities, focusing on resiliency, diversity, equity, and inclusion for the community's benefit.

## DID YOU KNOW?

TCCMO is a part of the **DREAMS Program** that is focused on the Nurtured Heart Approach® through a train-the-trainer model. The **DREAMS Program** focuses on providing trauma-informed and healing-centered supports that assist staff and students in building positive relationships and emotional self-regulation. This program aims to promote healthy and healing school environments, relationships, and engagement. As well as provide educators with supports to aid in both job satisfaction and in building classrooms conducive to student learning.

[Developing Resiliency with Engaging Approaches to Maximize Success \(DREAMS\) Program](#)

## Women's History Month

Celebrate Womens History Month by supporting some women-owned businesses within the three counties we serve!

[Silver Lining Services, LLC](#)

[Everbrook Counseling, LLC](#)

[Conscious Community Creations, Inc](#)



# RESOURCES & EVENTS IN YOUR COUNTY

March 2025



## Warren County

03/03: Mental Wellness Workshop Series

03/05: Book Bingo

## Hunterdon County

03/03: Mental Wellness Workshop Series

03/26: Teen Improv Class

## Somerset County

03/03: Mental Wellness Workshop Series

03/06: CEA Disability Services Fair



## National Developmental Disabilities Awareness Month

Check out some amazing organizations that serve our three counties that offer support and honor National Developmental Disabilities Awareness Month!

The Arc of HC



The Arc of SC



The Arc of WC



CEA



## Nurtured Heart Approach®

The nurtured heart approach is a philosophy for creating healthy relationships with people in your life. It teaches us to celebrate the small things, to not be so tough on yourself and make miracles from molecules!

TCCMO offers two monthly trainings every 2nd Tuesday, 6:00PM-8:30pm & every 3rd Wednesday, 10:30AM-1:00pm

For more information, please contact Janet Hrehowesik

→ [Janet Hrehowesik](mailto:Janet.Hrehowesik@tricitycmo.org)

## Donate Today!

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

Email Deja Amos today → [damos@tricitycmo.org](mailto:damos@tricitycmo.org)

Click below to donate → [Support our families!](#)

# BOLETÍN DE RECURSOS FAMILIARES

Marzo 2025



## Conexiones Comunitarias Y Día Mundial del Bienestar Mental del Adolescente



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!

Este mes invitamos a agencias que podemos conectar con el Día Mundial del Bienestar Mental del Adolescente! Se observa cada año el 2 de marzo. Es un día para crear conciencia, disminuir el estigma y comenzar conversaciones sobre cómo podemos servir mejor a los jóvenes en nuestras comunidades! Haz clic en los recursos abajo que ofrecen servicios y apoyo en nuestros tres condados!



Una organización en el condado de Somerset, NJ, que genera confianza con los jóvenes para ayudarlos a tomar decisiones positivas, adquirir habilidades laborales, servir a la comunidad, desarrollar liderazgo, mejorar académicamente y mucho más. Asegurando que los jóvenes reciban el apoyo que necesitan para tener éxito



Una organización en Phillipsburg, NJ, que apoya a los jóvenes vulnerables con oportunidades educativas, recreativas y atléticas, enfocándose en la resiliencia, la diversidad, la equidad y la inclusión para el beneficio de la comunidad

## Sabían que?

Somos parte del Programa DREAMs, que se centra en el Enfoque del Corazón Nutrido®. El Programa DREAMs se enfoca en proporcionar apoyos informados sobre el trauma y centrados en la sanación que ayudan al personal y a los estudiantes a construir relaciones positivas y autorregulación emocional. Este programa tiene como objetivo, ayudar a cambiar ambientes escolares para ser más saludables y sanadores, también apoya a los educadores que ayudará en la satisfacción laboral y ayudara en la clase

**Developing Resiliency with Engaging Approaches to Maximize Success (DREAMS) Program**

## Mes de la Historia de la Mujer

Celebra el Mes de la Historia de la Mujer apoyando algunos negocios propiedad de mujeres en los tres condados que servimos

**Silver Lining Services, LLC**

**Everbrook Counseling, LLC**

**Conscious Community Creations, Inc**



Conéctate con nosotros

→ [www.tricountycmo.org](http://www.tricountycmo.org) → [www.tricountyresourcenet.org](http://www.tricountyresourcenet.org)



# RECURSOS Y EVENTOS EN SU CONDADO!

Marzo 2025



## Condado de Warren

03/03: Mental Wellness Workshop Series

03/05: Book Bingo

## Condado de Hunterdon

03/03: Mental Wellness Workshop Series

03/26: Teen Improv Class

## Condado de Somerset

03/03: Mental Wellness Workshop Series

03/06: CEA Disability Services Fair

## Método del Corazón Nutrido®

El enfoque del corazón nutrido es una filosofía para crear relaciones saludables con las personas en tu vida. Nos enseña a celebrar las cosas pequeñas, a no ser tan duros con nosotros mismos y a hacer milagros de moléculas

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

Para más información, por favor contacte a

→ [Janet Hrehowesik](mailto:Janet.Hrehowesik)

## Mes Nacional de Concientización sobre las Discapacidades del Desarrollo

Descubre algunas organizaciones increíbles que sirven a nuestros tres condados y que ofrecen apoyo y honran este mes tan importante!

The Arc of HC



The Arc of SC



The Arc of WC



CEA



Conéctate con nosotros



[www.tricountycmo.org](http://www.tricountycmo.org)



[www.tricountyresourcenet.org](http://www.tricountyresourcenet.org)

