



# May Family Resource Newsletter

## 2025



## Mental Health Awareness Month

A time to raise awareness, reduce the stigma, and educate the public on mental health issues.

A time to advocate for policies that support those with mental health conditions. Click the resources below and share them with those in need!

→ [SAMHSA 2025 Mental Health Toolkit](#)

[National Council on Mental Wellbeing Toolkit](#) ←

→ [Mental Health Resources from our Tri County ResourceNet](#)

## Children's Mental Health Awareness Month

May is also Children's Mental Health Awareness Month, a time also used to focus on the mental health needs of children and young people. Where we emphasize that positive mental health is one of the key crucial factors for a child's positive development.

[Adolescent IOP-THRIVE](#) ←

→ [NAMI NJ](#)

[Charlie Health](#) ←

## Did you know?

If you are in search of resources, services, and support for your youth in all areas, did you know that Tri County CMO has its very own search engine?

### RESOURCENET

You can search for services in your town, directly from the comfort of your own home. TCCMO makes sure that all the providers we work with keep their information up to date in order to best serve you!

You will be able to search a wide variety of information on topics like behavioral/mental health, developmental/intellectual needs, in-community services, arts & recreation, support groups, summer camps, and SO much more!

Click below for more!

→ [TRI COUNTY CMO  
RESOURCENET](#)



# Resources & Events in your County

May 2025



## Warren County

- [05/01- Frolic in the Park](#)
- [05/28- What makes magic...magic? Show](#)

## Hunterdon County

- [05/01- Stress free study sesh with some pups](#)
- [05/13- Parent Café: Juggling your 3-Ring Circus](#)

## Somerset County

- [05/07- Visit the SC library for a STEM project](#)
- [05/16- FREE Community Resource FREE Household goods and](#)



## Tri County CMO Quarterly Newsletters

Tri County CMO not only has a Monthly Resource Newsletter but we have a Quarterly Newsletter that shares updates from our CEO, spotlights a youth success story, where you can learn a little bit more about the staff at Tri County that make it all possible, and SO much more! Click the link below that will take you directly to our Quarterly Newsletters!

→ [TCCMO Quarterly Newsletters](#)

[Subscribe here!](#)



## 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 below

→ [Janet Hrehowesik](#) ←

## 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](mailto:damos@tricountycmo.org)

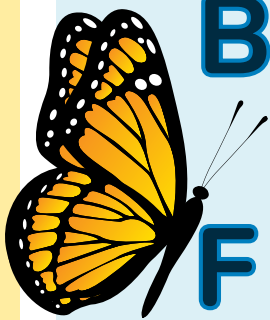
Click below to donate ↓

→ [SUPPORT OUR FAMILIES](#)



Connect with us → [WWW.TRICOUNTYCMO.ORG](http://WWW.TRICOUNTYCMO.ORG) → [WWW.TRICOUNTYRESOURCE.NET](http://WWW.TRICOUNTYRESOURCE.NET) →





# Boletín de Recursos Familiares

Mayo 2025



## Mes de Concientización sobre la Salud Mental

Un momento para crear conciencia, reducir el estigma y educar al público sobre los problemas de salud mental. Un momento para abogar por políticas que apoyen a quienes tienen condiciones de salud mental. Haz clic en los recursos abajo y compártelos con quienes los necesiten!

→ [SAMHSA 2025 Mental Health Toolkit](#)

[National Council on Mental Wellbeing Toolkit](#) ←

→ [Mental Health Resources from our Tri County ResourceNet](#)

## Mes de Concientización sobre la Salud Mental Infantil

Mayo también es el Mes de Concientización sobre la Salud Mental Infantil, un momento dedicado a enfocarse en las necesidades de salud mental de niños, niñas y jóvenes. Es una oportunidad para enfatizar que una salud mental positiva es uno de los factores cruciales para el desarrollo positivo de los niños, niñas y jóvenes.

→ [Adolescent IOP-THRIVE](#)

[NAMI NJ](#) ←

→ [Charlie Health](#)

## Sabían que?

Estás buscando recursos, servicios y apoyo para jóvenes en todas las áreas? Sabías que Tri County CMO tiene su propio motor de búsqueda?

### RESOURCENET

Puedes buscar servicios en tu ciudad, directamente desde la comodidad de tu hogar. TCCMO se asegura de que todos los proveedores con los que trabajamos mantengan su información actualizada para poder servirte de la mejor manera posible.

Podrás buscar una gran variedad de información sobre temas como salud conductual/mental, necesidades del desarrollo/intelectuales, servicios comunitarios, arte y recreación, grupos de apoyo, campamentos de verano y mucho, mucho más!

Haz clic abajo para obtener más información!

→ [TRI COUNTY CMO RESOURCENET](#)



Conéctate con  
nosotros

→ [WWW.TRICOUNTYCMO.ORG](http://WWW.TRICOUNTYCMO.ORG)



# Recursos y Eventos en su condado!

Mayo 2025



## Condado de Warren

- [05/01- Frolic in the Park](#)
- [05/28- What makes magic...magic? Show](#)

## Condado de Hunterdon

- [05/01- Stress free study sesh with some pups](#)
- [05/13- Parent Café: Juggling your 3-Ring Circus](#)

## Condado de Somerset

- [05/07- Visit the SC library for a STEM project](#)
- [05/16- FREE Community Resource FREE Household goods and](#)

## Boletines Trimestrales de Tri County CMO

Tri County CMO no solo tiene un boletín mensual de recursos, también tenemos un boletín trimestral. En este boletín compartimos mensajes de nuestro director ejecutivo, historias de éxito de jóvenes, y también puedes conocer al equipo de TCCMO que hace todo esto posible. ¡Y mucho más! Haz clic en el enlace de abajo para ver nuestros boletines trimestrales.

- [Boletines Trimestrales de TCCMO](#)

[Suscríbete aquí!](#) ←



## 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 10:30am a 1:00pm**

Para más información, por favor contacte a

→ [Janet Hrehowesik](#) ←

## Dona Hoy!

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

**Envia un correo electrónico a Deja Amos hoy ↓**

- [damos@tricountycmo.org](mailto:damos@tricountycmo.org)

**Haz clic abajo para donar ↓**

- [SUPPORT OUR FAMILIES](#)