

FAMILY RESOURCE NEWSLETTER

August 2025



Supporting Young Minds

As summer comes to an end and we start to prep for the school year to begin. TCCMO wants to help prep the youth we serve as well as their families with the right tools to transition from summer fun to school fun!

Mental Health America created tool guides to Support Young Minds! They created them to empower parents, caregivers, teachers and other to help support and foster nonjudgmental environments where young people feel safe expressing themselves. Click below for more information ↓

→ [**SUPPORTING YOUNG MINDS GUIDES**](#) ←

National Wellness Month

Is observed in August to promote self-care, healthy habits, and overall well-being ranging from physical, mental, and emotional health. For more resources click below for more information ↓

→ [**Wellness Resources**](#)

→ [**YMCA: 7th Grade Initiative**](#)

National Grief Awareness Day

Is observed on August 30th of this year! A day to raise awareness on grief and loss. As well as a time dedicated to promote empathy to those grieving. A agency dedicated to helping those in NJ is IMAGINE, more information below ↓



Connect
with us:

→ www.tricountycmo.org → www.tricountyresourcenet.org



RESOURCE S & EVENTS IN YOUR COUNTY

August 2025



Warren County

- 08/01-02: 4H Fair
- 08/13: Battle Bots, Robotic Fun
- 08/30: End of Summer Yoga Bash

Hunterdon County

- 08/08: Kids Hikes for Fun
- 08/14: Teen Switch Open Hours
- 08/20-24: 4H Fair

Somerset County

- 08/04: Teens Create- Colorful Confections
- 08/06-08: 4H Fair
- 08/13: Starlit Cinema: The Wizard of Oz

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

Click below to donate ↓

[SUPPORT OUR FAMILIES](#)

**Connect
with us:**

→ www.tricountycmo.org → www.tricountyresourcenet.org



BOLETÍN DE RECURSOS FAMILIARES

Agosto 2025



Apoyando Las Mentes Jóvenes

A medida que el verano llega a su fin y comenzamos a prepararnos para el inicio del año escolar, TCCMO quiere ayudar a preparar a los jóvenes a los que servimos, así como a sus familias, con las herramientas adecuadas para hacer la transición de la diversión del verano a la diversión escolar.

Mental Health America creó guías de herramientas para apoyar las mentes jóvenes! Las crearon para empoderar a padres, cuidadores, maestros y otros, con el fin de ayudar a fomentar espacios sin prejuicios donde los jóvenes se sientan seguros al expresarse. Haz clic abajo para más información ↓

→ [**SUPPORTING YOUNG MINDS GUIDES**](#) ←

Mes Nacional del Bienestar

Se observa en agosto para promover el autocuidado, los hábitos saludables y el bienestar general, que incluye la salud física, mental y emocional. Para más recursos, haz clic abajo para más información ↓

→ [**Wellness Resources**](#)
→ [**YMCA: 7th Grade Initiative**](#)

Día Nacional de Concientización sobre el Duelo

Se celebra el 30 de agosto de este año! Es un día para crear conciencia sobre el duelo y la pérdida, y también un momento para promover la empatía hacia quienes están atravesando un duelo. Una organización que se dedica a ayudar en Nueva Jersey es, **IMAGINE**. Haz clic abajo para más información ↓

→  **imagine**

RECURSOS Y EVENTOS EN SU CONDADO!

Agosto 2025



Condado de Warren

- 08/01-02: 4H Fair
- 08/13: Battle Bots, Robotic Fun
- 08/30: End of Summer Yoga Bash

Condado de Hunterdon

- 08/08: Kids Hikes for Fun
- 08/14: Teen Switch Open Hours
- 08/20-24: 4H Fair

Condado de Somerset

- 08/04: Teens Create- Colorful Confections
- 08/06-08: 4H Fair
- 08/13: Starlit Cinema: The Wizard of Oz

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

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 ↓

[SUPPORT OUR FAMILIES](#)