



# FAMILY RESOURCE

# NEWSLETTER

MAY 2024 ISSUE



## MENTAL HEALTH AWARENESS MONTH

The month of May is for educating, raising awareness and to help stop the stigma on Mental Health. It is a time to come together to support and advocate for the millions of people that are living with a mental condition. You can do your part to help support by clicking on the resources below to learn about what you can do to be a part of the change.



### 05/05-05/11

**Children's Mental Health Week:**  
Is a time where schools, organizations and communities raise awareness about Mental Health in children and young people. Children's Mental Health Awareness Day falls within this week on 05/07. Click on the resources below for more information.

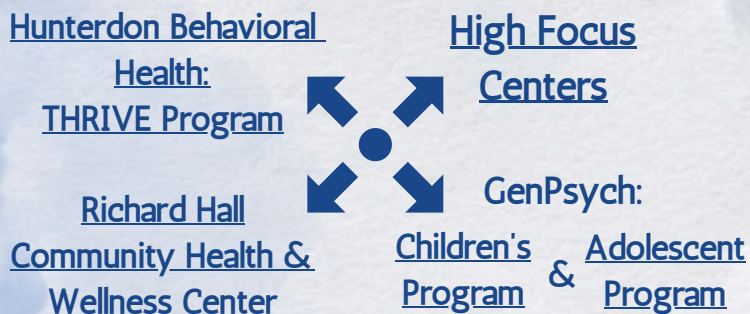
➔ [NAMI](#) ➔ [SAMHSA](#)

### 05/01/2024

#### World Maternal Mental Health Day

Happens every year on the first Wednesday in May. It all started when a small group in 2015 got together in hopes to raise awareness on Maternal Mental Health. On how important it is to recognize the signs and to understand that you are not alone! For more information click the resources below!

- ➔ [WMMHD](#)
- ➔ [Postpartum Support International](#)
- ➔ [Postpartum Wellness of Hunterdon County](#)



# RESOURCES & EVENTS IN YOUR COUNTY

## WARREN COUNTY

- 05|02: Frolic in the Park
- 05|03: Health & Wellness Field Day
- 05|08: Parent Orientation & Cafe
- 05|24: Super Comedy, Magic & Juggling Show
- 05|31: Movies on Main



## HUNTERDON COUNTY

- 05|01 Teen Totally Paw-some Study Space
- 05|04- Mental Wellness Community Day
- 05|08: Parent Orientation & Cafe
- 05|10: Creating Space for Young Adults in Art
- 05|20: Veterans Resource Fair



## SOMERSET COUNTY

- 05|02: Screens & Stress
- 05|03: Diversity Night Festival
- 05|05: Bridgewater Spring Carnival
- 05|18: Dinosaur Expedition Adventure
- 05|30: Getting Comfy with Public Speaking





# BOLETÍN DE RECURSOS FAMILIARES

MAYO 2024

## MES DE CONCIENTIZACIÓN SOBRE LA SALUD MENTAL

El mes de mayo se dedica a educar, crear conciencia y ayudar a eliminar el estigma en torno a la salud mental. Es un momento para unirnos y apoyar a los millones de personas que viven con una condición mental. Puedes hacer tu parte para ayudar haciendo clic en los recursos abajo para aprender cómo ser parte del cambio.

→ [NAMI](#) → [SAMHSA](#)

### 05/01/2024

#### Día Mundial de la Salud Mental Materna

El Día de Concientización sobre la Salud Mental Materna se celebra todos los años en el primer miércoles de Mayo. Todo comenzó cuando un grupo pequeño se unió en 2015 con la esperanza de crear conciencia sobre la salud mental materna. Es importante reconocer las señales y comprender que no están solas. Para obtener más información, haz clic en los recursos abajo.

→ [WMMHD](#) → [Postpartum support international](#)  
→ [Postpartum Wellness of Hunterdon County](#)



### 05/05-05/11

La Semana de la Salud Mental Infantil es un momento en el que las escuelas, organizaciones y comunidades concientizan sobre la salud mental en niños y jóvenes. El Día de Concientización sobre la Salud Mental Infantil se celebra durante esta semana el 05/07. Haz clic en los recursos abajo para obtener más información.

[Hunterdon Behavioral Health:](#)

[THRIVE Program](#)

[Richard Hall](#)

[Community Health & Wellness Center](#)

[High Focus Centers](#)

[GenPsych:](#)

[Children's Program](#) & [Adolescent Program](#)



# RECURSOS Y EVENTOS EN SU CONDADO!

## CONDADO DE WARREN

- 05|02: Frolic in the Park
- 05|03: Health & Wellness Field Day
- 05|08: Parent Orientation & Cafe
- 05|24: Super Comedy, Magic & Juggling Show
- 05|31: Movies on Main



## CONDADO DE HUNTERDON

- 05|01 Teen Totally Paw-some Study Space
- 05|04- Mental Wellness Community Day
- 05|08: Parent Orientation & Cafe
- 05|10: Creating Space for Young Adults in Art
- 05|20: Veterans Resource Fair



## CONDADO DE SOMERSET

- 05|02: Screens & Stress
- 05|03: Diversity Night Festival
- 05|05: Bridgewater Spring Carnival
- 05|18: Dinosaur Expedition Adventure
- 05|30: Getting Comfy with Public Speaking

