

Family Day 2011 Contributors and Partners

Title Sponsor

- Stouffer's

Presenting Sponsor

- The Coca-Cola Company

Signature Sponsors

- American Express
- Interpublic Group
- National Amusements, Inc.
- Willis Group Holdings

Bronze Sponsor

- Food Marketing Institute Foundation

Copper Sponsor

- The J.M. Smucker Company

Friends of CASA

- U.S. Chamber of Commerce
- Verizon

Honorary Chairs of Family Day

Alabama: First Lady Dianne Bentley
Arkansas: First Lady Ginger Beebe
California: First Lady Anne Brown
Delaware: First Lady Carla Markell
Indiana: First Lady Cheri Herman Daniels
Iowa: First Lady Chris Branstad
Georgia: First Lady Sandra Deal
Kansas: First Lady Mary Brownback
Kentucky: First Lady Jane Beshear
Louisiana: First Lady Supriya Jindal
Maine: First Lady Ann LePage
Maryland: First Lady Katie O'Malley
Massachusetts: First Lady Diane Patrick
Mississippi: First Lady Marsha Barbour
Montana: First Lady Nancy Schweitzer
Nebraska: First Lady Sally Ganem
Nevada: First Lady Kathleen Sandoval
New Hampshire: First Lady Susan E. Lynch
New Jersey: First Lady Mary Pat Christie
Ohio: First Lady Karen Waldbillig Kasich
Oklahoma: First Gentleman Wade Christensen
South Carolina: First Gentleman Michael Haley
Utah: First Lady Jeanette Herbert
Washington: First Gentleman Mike Gregoire
Wisconsin: First Lady Tonette Walker
Wyoming: First Lady Carol Mead

Partners

- AFL-CIO
- Community Anti-Drug Coalitions of America (CADCA)
- Defense Commissary Agency
- Empire State Building
- The Partnership at Drugfree.org
- The Y
- U.S. Chamber of Commerce

In-kind Contributor

- Interpublic Group

Supporter

- CBS

Esta lista incluye a los patrocinadores, socios, y colaboradores en el momento en que el folleto fue impreso.

El Día de la Familia Reconocimiento y Apoyo

En el 2010, el Presidente, los 50 gobernadores y mas de 1,000 alcaldes y ejecutivos de los condados proclamaron y apoyaron el *Día de la Familia*. El año pasado más de 200 organizaciones en todo el país celebraron el *Día de la Familia*, al igual que ocho equipos de Béisbol de las Grandes Ligas. Las Primeras Damas y Caballeros en 23 estados fueron Representantes de Honor del *Día de la Familia*.

"Celebrar el *Día de la Familia* es importante para nosotros porque es una oportunidad de estar en unidad con las familias en nuestra comunidad que participan de los desafíos, las luchas y los éxitos que vienen con la vida familiar. El *Día de la Familia* es también una oportunidad para celebrar nuestro compromiso con nuestra familia y nuestros valores ya que muchas veces se siente como que estamos nadando en contra de la corriente tratando de levantar con éxito a los niños cuando hay tanta exposición al tabaco, las drogas y el alcohol."

Eddie Santiago, padre, Condado de Hillsborough Florida



Nos gustaría agradecer al Empire State Building por apoyar el *Día de la Familia* iluminandose de rojo y azul. Para obtener más información sobre el Empire State Building, visite www.esbnyc.com.

Para más información acerca del *Día de la Familia* – *Un Día para Cenar con sus Hijos*™, visite www.CASAFamilyDay.org o mande un correo electrónico a FamilyDay@casacolumbia.org.

The National Center on Addiction and Substance Abuse at Columbia University
633 Third Avenue, 19th Floor,
New York, NY 10017-6706
(212) 841-5200 • fax (212) 956-8020
www.casacolumbia.org

La imagen del Empire State Building es una marca registrada de ESBC y se utiliza con permiso.

Derechos del autor 2011 The National Center on Addiction and Substance Abuse at Columbia University



The National Center on
Addiction and Substance Abuse
at Columbia University

at COLUMBIA

Family Day

A day to eat dinner with your children™

TITLE
SPONSOR



¡Día de la Familia ...

El comer juntos hace la diferencia!



Lunes, 26 de septiembre del 2011

PRESENTING
SPONSOR

The Coca-Cola Company

www.CASAFamilyDay.org

Stouffer's® es una marca registrada de Société des Produits Nestlé S.A., Vevey, Switzerland.



Haga una cita para cenar...

Comida rica, conversaciones agradables, y un montón de risas forman las cenas de la familia. Si esta preparando una comida o simplemente

ordenando de su restaurante favorito tenga la seguridad de que lo que quieren realmente sus hijos es cenar con **USTED!** Las conversaciones que acompañan la cena le ayudan a aprender más sobre la vida de sus hijos y a entender los retos que enfrentan sus adolescentes. Si los horarios llenos de obligaciones hacen difícil que su familia tenga tiempo para comer juntos con frecuencia, es buena idea tomar un "time out" para considerar los beneficios de reunirse alrededor de la mesa durante la hora de la cena. Las cenas con toda la familia significan más que simplemente compartir una comida.

¿Sabía que cenar frecuentemente con sus hijos reduce el riesgo de que ellos abusen de las sustancias?

Las investigaciones de The National Center on Addiction and Substance Abuse (CASA)* at Columbia University constantemente encuentran que mientras más frecuentemente los niños cenan con sus familias, menor es la posibilidad de que ellos fumen, beban alcohol, o usen drogas. Las cenas son un momento perfecto para escuchar a sus hijos.

CASA creó el *Día de la Familia - Un Día para Cenar con sus Hijos™* en el 2001 como una iniciativa nacional que les recuerda a mamás y papás que el compromiso de los padres fomentado durante las cenas familiares frecuentes es una manera simple, pero eficaz para ayudar a mantener a sus hijos libre de sustancias.

¿SABIA USTED?

Los niños que tienen cenas familiares frecuentes son más propensos a sacar buenas calificaciones en la escuela.

El Día de la Familia se celebra anualmente el cuarto lunes de septiembre. El Día de la Familia se celebrará el 26 de septiembre del 2011.

*The National Center on Addiction and Substance Abuse at Columbia University no está afiliado con ni patrocinado por el National Court Appointed Special Advocate Program (que también se conoce como "CASA") ni con ninguna de sus organizaciones, ni con otra organización con el nombre "CASA".

¿Cuál es el daño en omitir comidas familiares?

Según el informe de CASA *The Importance of Family Dinners VI*, en comparación con los niños que tienen cenas familiares frecuentes (cinco o más por semana), los niños que tienen cenas familiares poco frecuentes (menos de tres por semana) son:

- Dos veces más propensos de haber usado tabaco
- Casi dos veces más propensos de haber consumido alcohol
- Una vez y media más propensos de haber usado marihuana



¿Cuándo su hijo tiene mayor riesgo de experimentar con sustancias?

Nuestras investigaciones encuentra que los adolescentes corren mayor riesgo de abuso de sustancias cuando entran a la escuela secundaria. Cenando juntos es una manera de mantenerse en contacto con sus hijos durante estos años potencialmente vulnerables.

¿SABIA USTED?

Los niños que tienen cenas familiares frecuentes son más propensos a decir que tienen una excelente relación con sus padres.



Facebook es una marca registrada de Facebook, Inc.



El nombre de Twitter y el ave de Twitter son marcas comerciales de Twitter, Inc.

¿Cómo puede celebrar el Día de la Familia en su hogar?

Nunca es demasiado temprano para empezar la tradición de cenar frecuentemente con sus hijos. Haga la cena más especial descargando el **Family Dinner Kit gratuito**, visitando www.CASAFamilyDay.org que incluye tarjetas de menú y recetas que pueden ser utilizados en su mesa. También hay un compromiso del *Día de la Familia* que usted puede tomar para demostrar su apoyo a las cenas familiares.

¿Necesita ayuda para iniciar conversación en la mesa?

Aquí hay algunas preguntas divertidas de iniciar conversación que puede utilizar con sus hijos alrededor de la mesa. Visite www.CASAFamilyDay.org para más ideas.

- Si pudieras tener cualquier superpoder, ¿cuál sería?
- ¿Sin que cosa no podrías vivir?
- Si pudieras vivir en cualquier período de tiempo, ¿cuál sería?
- ¿Cuál es tu cosa favorita que has aprendido hoy?
- Si tuvieras que comer sólo un alimento por el resto de tu vida, ¿cuál sería?



¿Está su familia lista para un reto divertido?

¿Por qué no ir a acampar esta noche en el interior o al aire libre? Tome un descanso de su casa y explore su patio o acampe en su sala. Para más ideas, echele un vistazo a nuestro Family Fun Challenge en

www.CASAFamilyDay.org.

¿SABIA USTED?

Los niños que tienen cenas familiares frecuentes tienen menos probabilidades de tener amigos que usan drogas ilícitas o abusan de medicamentos recetados.