

MORRIS PLAINS, we invite you to

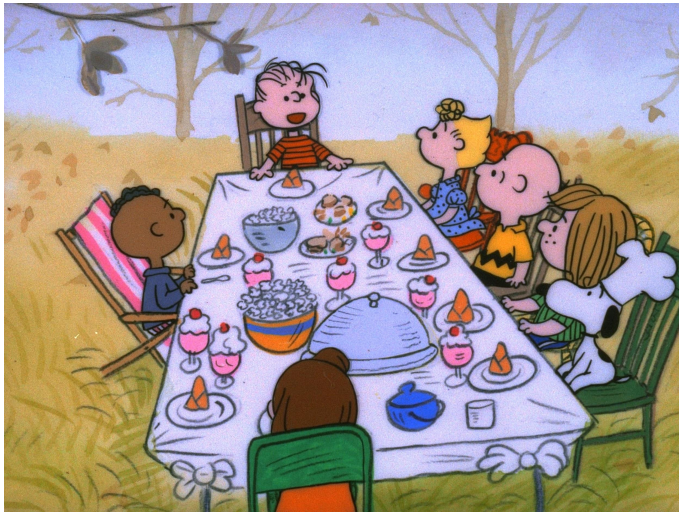
**Gather Together & Eat Dinner With Your Family
For National Family Day on 9/26/2022!**

Who? Your Family

What? Food & fun (See below for some great resources!)

When? *Dinnertime, Monday, September 26th*

Where? Your family table



Join other families around the nation in celebrating this effective way to reduce youth substance abuse. Research by The National Center on Addiction and Substance Abuse (CASA) at Columbia University consistently finds that **the more often children eat dinner with their families, the less likely they are to smoke, drink or use illegal drugs.**

If you participate by eating dinner together on Monday, 9/26/2022, please click on this link [HERE](#) to submit your entry before October 1st.

You will be entered to win one of three \$100 gift certificates for a Morris Plains restaurant! Winners will be contacted by email or phone and announced in an upcoming MPMAC newsletter.

Sponsored by the Morris Plains Municipal Alliance Committee (MPMAC)

MPMAC programs are funded in part by a grant from the Governor's Council on Alcohol & Drug Abuse (GCADA).

For great Family Dinner Activities & Recipes and more information about National Family Day,

go to www.casafamilyday.org or <https://thefamilydinnerproject.org/> or
<https://www.calendarr.com/united-states/national-family-day/>

¡MORRIS PLAINS, los invitamos a

reunirse y cenar con su familia

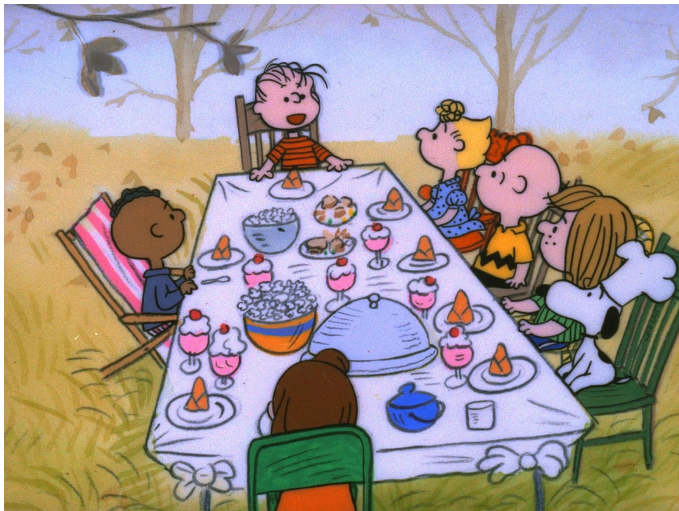
para el Día Nacional de la Familia el 26/09/2022!

¿Quiénes? Su familia

¿Qué? Comida y diversión (¡Vea a continuación algunos recursos excelentes!)

¿Cuándo? *Hora de cenar, lunes 26 de septiembre*

¿Dónde? Su mesa familiar



Únase a otras familias de todo el país para celebrar esta forma efectiva de reducir el abuso de sustancias entre los jóvenes. La investigación realizada por el Centro Nacional sobre Adicción y Abuso de Sustancias (CASA) de la Universidad de Columbia encuentra consistentemente que **cuanto más a menudo cenan los niños con sus familias, es menos probable que fumen, beban o usen drogas ilegales.**

Si participan y cenar juntos el lunes 26/09/2022, haga clic en este enlace [AQUÍ](#) para enviar su entrada antes del 1 de octubre.

¡Participarán para ganar uno de los tres certificados de regalo de \$100 para un restaurante de Morris Plains! Los ganadores serán contactados por correo electrónico o teléfono y anunciados en un próximo boletín de MPMAC.

Patrocinado por el Comité de la Alianza Municipal de Morris Plains (MPMAC)

Los programas MPMAC están financiados en parte por una subvención del Consejo del Gobernador sobre Abuso de Alcohol y Drogas (GCADA).

Para excelentes actividades y recetas para la cena familiar y más información sobre el Día Nacional de la Familia, visite www.casafamilyday.org o <http://thefamilydinnerproject.org/> o <http://www.calendarr.com/united-states/national-family-día/>