

EVERY CHILD
COMES
WITH TWO
ANTI-DRINKING
DEVICES.



**PARENTS
EMPOWERED**  **.org**

Eliminating Underage Drinking in Utah

HOW TO KEEP YOUR KIDS ALCOHOL-FREE:

1. KNOW THE FACTS.

- Alcohol can impair proper teen brain development.
- Drinking can program a teen's brain for alcoholism.
- Drinking starts as early as grade school in Utah.

2. STAY CLOSE TO YOUR KIDS.

- Express love daily.
- Do fun activities together.
- Eat dinner together.
- Listen with love, empathy.

3. SET CLEAR BOUNDARIES

- Set clear "no-alcohol" rules.
- Establish consequences.
- Follow through.
- Review rules regularly.

4. MONITOR YOUR KIDS

- Know where they are.
- Know who they are with.
- Know what they are doing.



Learn more. Visit
ParentsEmpowered.org

TODOS LOS
NIÑOS VIENEN
CON DOS
RECURSOS
PARA NO BEBER.



**PARENTS
EMPOWERED**  **.org**

CÓMO MANTENER A SUS HIJOS LIBRES DEL ALCOHOL:

1. CONOZCA LA REALIDAD

- El alcohol puede afectar el buen desarrollo del cerebro en adolescentes.
- Beber puede programar el cerebro de un adolescente para que sea alcohólico.
- En Utah, los niños comienzan a beber en la escuela primaria.

2. MANTÉNGASE CERCA DE SUS HIJOS.

- Exprese su amor diariamente.
- Realicen actividades divertidas juntos.
- Cenen juntos.
- Escúchelos con amor y comprensión.

3. ESTABLEZCA LÍMITES CLAROS

- Establezca reglas claras de "no alcohol".
- Establezca consecuencias.
- Hágalas cumplir.
- Revise las reglas frecuentemente.

4. VIGILE A SUS HIJOS

- Sepa dónde están.
- Sepa con quién están.
- Sepa qué hacen.



Para saber más, visite ParentsEmpowered.org