

Description of Literature / Descripción de Literatura

PAMPHLETS

ITEM #	TITLE/ DESCRIPTION
821	Welcome Newcomer - A folded pamphlet including the Steps, Traditions, CEA-HOW Concept, a list of questions for self-assessment, and spaces to get names and phone numbers for outreach calls.
822	A View of Medical Abstinence - A folded pamphlet explaining the boundaries and parameters for Medical Abstinence in CEA-HOW.
823	Am I A Food Addict? - A folded pamphlet with a self-assessment tool and descriptions of some common characteristics of those suffering from compulsive eating.
825	Overview of the 12 Steps - A folded pamphlet that emphasizes readiness to start the program, and a description of what is involved in working the 12 steps.
826	The CEA-HOW Concept - A folded pamphlet explaining the meaning of the CEA-HOW Concept, giving a brief history of the program, and describing how to start and lead a CEA-HOW meeting.
827	The Meaning of Abstinence - A folded pamphlet describing the signs and symbols of abstinence, and healthy long term recovery in this program.
828	Weighing & Measuring - A folded pamphlet describing the emotional aspects of surrender to precise accountability with our food, and the resulting freedom it brings us.
829	What is Food Addiction? - A folded pamphlet comparing food addiction to other types of addiction, and describing the struggles of those in the grips of food addiction.
830	Just for Today (Bookmark) - A 2-sided bookmark with the full text of <i>Just for Today</i> .
831	One Day At A Time (Card) - A laminated 2-sided card. One side says "One Day at a Time, One Pound at a Time." The back has the Serenity Prayer.
832	Affirmations (Bookmark) - A 2-sided card with an affirmation for each of the Twelve Steps of CEA-HOW, drawn from our CEA-HOW literature.
839	Public Information Brochure: Do You Need Help With Your Eating? - A contemporary glossy tri-fold pamphlet for distribution to healthcare professionals and the general public; Conference approved literature to carry the message.

FOOD PLANS

811	Forever Abstinent – Guidelines for Those Seeking Abstinence the CEA-HOW Way: For sponsored CEA-HOW members only. Complete explanation of working the CEA-HOW program, including the CEA-HOW food plan.
815	Forever Abstinent – Trifold: Excerpt from <i>Forever Abstinent</i> to be used as a portable reference.

BOOKS

855	Achieving Balance Cookbook: Meal ideas for those who are practicing the principles of the CEA-HOW program for physical, emotional and spiritual recovery.
856	Sponsoring in Compulsive Eaters Anonymous – HOW: A 116-page book containing the series of articles produced by the World Service Business Conference Sponsorship Committee in 2009, 2010 and 2011.

Description of Literature / Descripción de Literatura

WORKING THE PROGRAM

801	Steps 6 thru 12 Questions: Questions designed for use by members who have completed the Fifth Step. Required to become a Step sponsor. They are to be done before the Maintenance questions.
803	From Relapse to Abstinence - Questions created to support members in recommitting to the program after relapse.
804	Broaden Your Experience of Sponsoring: Questions based on Sponsoring in Compulsive Eaters Anonymous – HOW (Item #856)
805	Recommitment Questions: Questions for recommitting to Steps One, Two, and Three, and the Three Step Ceremony for those with a previous abstinence of more than six months.
806	Kaleidoscope: Questions based on <i>Alcoholics Anonymous</i> , and <i>Twelve Steps and Twelve Traditions</i> .
807	Sponsor Guidelines: For use by CEA-HOW Sponsors. Contains 1 st 30 questions, Three step Ceremony, CEA-HOW 4 th Step Inventory, and Slip Questions
808	Maintenance Sponsor Guide: Includes maintenance questions and a maintenance sponsor stepping up ceremony. Required to become a Maintenance sponsor.
809	Workbook, AA Big Book: Questions based on The Doctors Opinion, and Chapters 1-11 of <i>Alcoholics Anonymous</i> .
810	Came to Believe: Questions reflecting on spirituality from <i>Alcoholics Anonymous' Came to Believe</i> , and <i>Twelve Steps and Twelve Traditions</i>
812	Questions for Challenging Times – Journal: Thirty (30) questions based on <i>Alcoholics Anonymous</i> , and <i>Twelve Steps and Twelve Traditions</i> that are especially useful when going through challenging times. Journal format.
813	Questions for Challenging Times –Thirty (30) questions based on <i>Alcoholics Anonymous</i> , and <i>Twelve Steps and Twelve Traditions</i> that are especially useful when going through challenging times. Trifold format.
816	Celebrating the Program Pioneers 3d Ed: Questions based on the early AA members stories in <i>Alcoholics Anonymous Third Edition</i> .
816A	Celebrating the Program, Part I, BB 4th Ed.: Questions based on <i>Alcoholics Anonymous (4th Ed.)</i> , Personal Stories Part I: Celebrating the Program: Pioneers of AA.
816B	Celebrating the Program, Part II, BB 4th Ed.: Questions based on the <i>Alcoholics Anonymous (4th Ed.)</i> , Personal Stories Part II: Celebrating the Program: They Stopped in Time
816C	Celebrating the Program, Part III, BB 4th Ed.: Questions based on the <i>Alcoholics Anonymous (4th Ed.)</i> , Personal Stories Part III: Celebrating the Program: They Nearly Lost All.
817A	As Bill Sees It (A) - 1-50: Questions on pages 1 - 50 of <i>As Bill Sees It</i> .
817B	As Bill Sees It (B) - 51-100: Questions from pages 51-100 of <i>As Bill Sees It</i> .
817C	As Bill Sees It (C) 101-150: Questions from pages 101-150 of <i>As Bill Sees It</i> .
817D	As Bill Sees It (D) - 151-200: Questions from pages 151 - 200 of <i>As Bill Sees It</i> .
817E	As Bill Sees It (E) – 201-250: Questions from pages 201 – 250 of <i>As Bill Sees It</i>
817F	As Bill Sees It (F) – 251-332: Questions from pages 251-332 of <i>As Bill Sees It</i>

WORKING THE PROGRAM cont.

818	Twelve Traditions Study Guide: Questions based on <i>The Twelve Steps and Twelve Traditions</i> , to be done after the Maintenance Questions, or before Maintenance Questions if a member is not yet ready for maintenance after completing Steps Six through Twelve.
820	Abstinence Model: A full sized four page pamphlet on the CEA-HOW Abstinence Model for physical, emotional and spiritual recovery
833	Daily Reflections: Questions based on Alcoholics Anonymous' book <i>Daily Reflections</i> . May be completed over a three-year period.
840	Getting Into the Steps: Step questions based on <i>Alcoholics Anonymous (4th Ed.)</i> and <i>Twelve Steps and Twelve Traditions</i> , including a column style 4th Step Inventory on resentments. To be used after completion of <i>Steps Six through Twelve</i> , <i>The Twelve Traditions Study Guide</i> , and <i>Introduction to the Workbook "The Big Book"</i>

Description of Literature / Descripción de Literatura

PAMFLETOS EN ESPAÑOL

ITEM #	TITULO/DESCRIPCION
921	Bienvenida al Nuevo Miembro – Un folleto incluyendo los Pasos, Tradiciones, Concepto CEA-HOW, una lista de auto evaluación, y espacio para obtener los nombres y números telefónicos para llamadas de contacto.
922	Una Vista a la Abstinencia Medica - Un folleto explicando los límites y parámetros de la abstinencia médica en CEA-HOW.
923	¿Soy un Adicto a la Comida? – Un folleto con un instrumento de evaluación y descripción de las características de aquellos que sufren de comer compulsivamente.
925	Un Resumen del Plan de Recuperación - Un folleto que enfatiza el estar listo para comenzar el programa, y una descripción de lo que involucra el trabajar los 12 pasos.
926	La Filosofía de CEA-HOW - Un folleto explicando el Concepto CEA-HOW, dando una historia breve del programa, y describiendo como empezar a conducir una reunión CEA-HOW.
927	Lo Que Significa Abstinencia - Un folleto describiendo las señales y símbolos de abstinencia, y una recuperación a largo tiempo saludable en el programa.
928	Midiendo y Pesando - Un folleto describiendo el aspecto emocional de entrega a una responsabilidad con nuestra comida, y el resultado de liberación que esto nos ofrece.
929	¿Qué es Adicción a la Comida? - Un folleto comparando la adicción a la comida y otros tipos de adicción, y describiendo los esfuerzos de aquellos en las garras de la adicción a la comida.
930	Solo Por Hoy (Marcador de Libro) - Un marcador de doble lado con el texto completo de Solo por Hoy.
931	Un Día a la Vez (Tarjeta) - Una tarjeta laminada de 2-lados. Un lado dice "Un día a la vez, una libra a la vez." Por detras tiene la Oracion de Serenidad.
939	Folleto de Información Publica: ¿Necesita ayuda con su forma de comer? – Un folleto contemporario lustroso para distribuir a los profesionales de salud y al público en general; literatura aprobada por Conferencia para llevarle el mensaje a otros.

Description of Literature / Descripción de Literatura

PLANES DE COMIDA

Item #	TITULO/DESCRIPCION
911	Por Siempre en Abstinencia – Guías para quien busca abstinencia a la manera de CEA-HOW: Para miembros patrocinados por CEA-HOW solamente. Explicación completa de cómo trabajar el programa de CEA-HOW, incluye el plan de comida de CEA-HOW.
915	Por Siempre en Abstinencia – Panfleto: Extracto de Por Siempre en Abstinencia para ser usado como una referencia portátil.

TRABAJANDO EL PROGRAMA

Item #	TITULO/DESCRIPCION
901	Pasos 6 al 12: Preguntas diseñadas para su uso por los miembros que han completado el Quinto Paso. Se requieren para ser un patrocinador de Pasos. Se deben completar antes de las preguntas de Mantenimiento.
903	De la Recaída a la Abstinencia - Preguntas creadas para apoyar a los miembros en el recompromiso al programa después de la recaída.
905	Preguntas de Renovación: Para el recompromiso a los Pasos Uno, Dos, y Tres, y la Ceremonia del Tercer Paso, para aquellos con una abstinencia previa de más de seis meses.
906	Calidoscopio: Preguntas basadas en Alcohólicos Anónimos, y los Doce Pasos y Doce Tradiciones.
907	Guía Para Patrocinar: Para uso de Patrocinadores de CEA-HOW. Contiene las primeras 30 preguntas, ceremonia de los primeros tres pasos, Inventario del 4to Paso de CEA-HOW y preguntas de recaída.
908	Guía de Mantenimiento: Incluye las preguntas de mantenimiento y una ceremonia para ascender a patrocinador de mantenimiento. Se requieren para ser un Patrocinador de Mantenimiento.
909	Libro de Trabajo, AA Libro Grande: Preguntas basadas en La Opinión del Doctor, y Capítulos 1-11 de Alcohólicos Anónimos.
910	Llegamos a Creer: Preguntas reflexionando sobre la espiritualidad de Llegamos a Creer de Alcohólicos Anónimos, y los Doce Pasos y Doce Tradiciones
917A	Como Lo Ve Bill (A) - 1-50: Preguntas sobre las páginas 1 - 50 de Como lo Ve Bill.
917B	Como Lo Ve Bill (B) - 51-100: Preguntas de las páginas 51-100 de Como lo Ve Bill.
917C	Como Lo Ve Bill (C) 101-150: Preguntas de las páginas 101-150 de Como Lo Ve Bill.
917D	Como Lo Ve Bill (D) - 151-200: Preguntas de las páginas 151 - 200 of Como Lo Ve Bill.
917E	Como Lo Ve Bill (E) – 201-250: Preguntas de las páginas 201 – 250 of Como Lo Ve Bill
917F	Como Lo Ve Bill (F) – 251-332: Preguntas de las páginas 251-332 of Como Lo Ve Bill
918	Guía De Las 12 Tradiciones: Preguntas basadas en Los Doce Pasos y Doce Tradiciones, para completarse después de las Preguntas de Mantenimiento, o antes, si el miembro no está listo para mantenimiento, después de completar los Pasos Seis a Doce.
920	Modelo de Abstinencia: Un folleto de cuatro páginas completas del Modelo de Abstinencia de CEA-HOW para la recuperación física, emocional y espiritual.