

**INTERGROUP CHAIRS, AS TRUSTED SERVANTS OF YOUR FELLOWS,  
PLEASE SHARE THIS INFORMATION WITH YOUR INTERGROUP REPS:**

**CEA-HOW Announcements for October:**

- 1. Notice re "Set Aside Prayer" (Eng & Spa)**
- 2. Non-Participating Director Flyer (Eng & Spa)**
- 3. Spanish Translation Committee Flyer (Eng)**
- 4. October Newsletter for 2025 Convention (Eng & Spa)**
- 5. October Registration Flyer for Convention 2025 (Eng & Spa)**
- 6. CEA-HOW San Diego 25th Birthday Retreat Flyer – "Living Happy, Joyous and Free!" October 5, 2024 at Mission San Luis Rey, CA**
- 7. CEA-HOW San Fernando Valley IG Birthday Flyer – "Keeping a Lid on Abstinence Fun Through the Holidays" October 20, 2024 on ZOOM**
- 8. New York Retreat Flyer – "Revitalize Your Recovery" October 25 – 27, 2024, NYC, NY**
- 9. Hispanic Anniversary Event Flyer – "Progreso en el desarrollo" October 26, 2024 in Compton, CA**
- 10. New Area 2 Assembly Flyer – "Up, Up and Away with Love" February 14, 2025 in Scottsdale, AZ.**

Thank you for your continued service,

Linda Valentino  
Executive Director

**World Service Organization**  
Compulsive Eaters Anonymous-HOW (CEA-HOW)  
3371 Glendale Boulevard, Suite 104  
Los Angeles, CA 90039-1825  
323-660-4333  
[www.ceahow.org](http://www.ceahow.org)



World Service Office  
CEA-HOW Inc.  
3371 Glendale Boulevard, Suite 104  
Los Angeles, CA 90030  
Phone: 323-660-4333  
Email: gso@ceahow.org

# Compulsive Eaters Anonymous-HOW®

October, 2024

Dear Intergroup and Area Chairs,

It has come to our attention that some of our members believe that the "Set Aside" prayer is considered Conference Approved and therefore approved for use in meetings. This prayer is not Conference Approved and it should not be used as a CEA-HOW prayer.

Thank you for your service,  
CEA-HOW Board of Directors

Octubre, 2024

Estimados coordinadores de intergrupo y de área,

Ha llegado a nuestra atención que algunos de nuestros miembros creen que la oración «Set Aside» se considera aprobada por la Conferencia y por lo tanto aprobada para su uso en las reuniones. Esta oración no está aprobada por la Conferencia y no debe utilizarse como oración de CEA-HOW.

Gracias por sus servicios,

Consejo de Administración de CEA-HOW

## CEA-HOW BOARD OF DIRECTORS & OFFICERS 2024/2025

Aneisa B., Chair      Suzanne E., Vice Chair  
Adell P.      Jose F.      Judy K.      Linda M.      Maria Del Carmen C.      Vickie S.  
Corporate Officers: Michael D., President      Susan M., Vice President      David M., Secretary      Kevin C., Treasurer      Linda V., Executive Director



Attention CEA-HOW Members

# SEEKING NON PARTICIPATING DIRECTORS

Who in your life would like to support the CEA-HOW program and help keep it thriving?

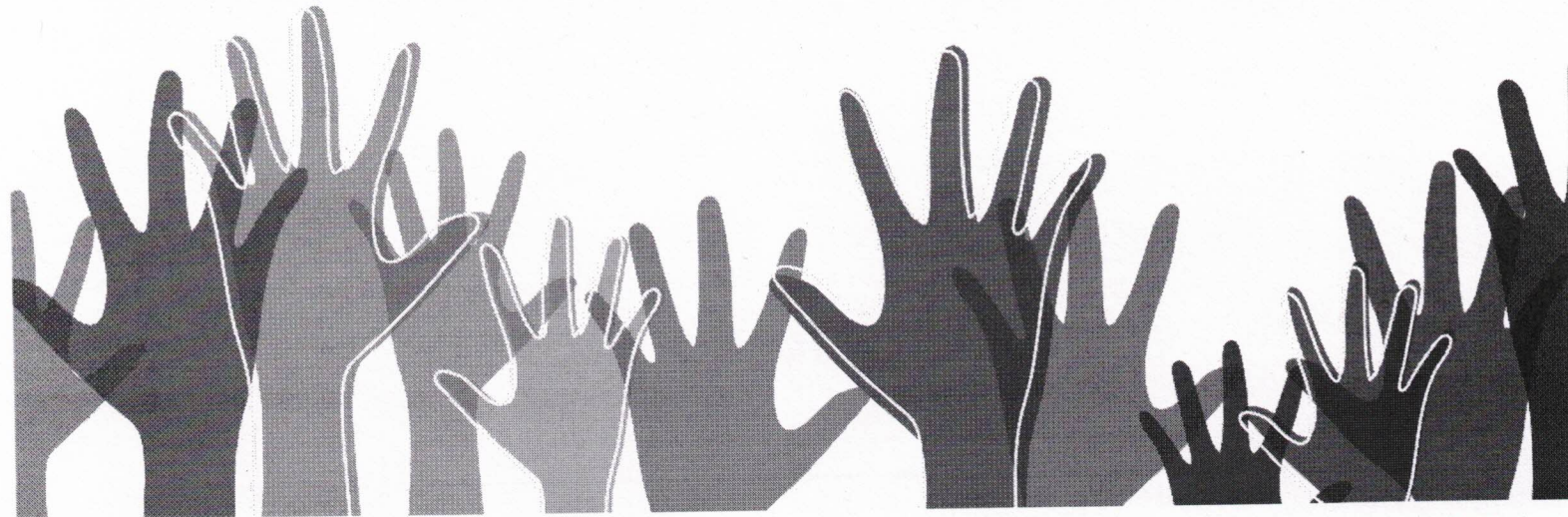
We are looking for Non-Participating Directors (non-CEA-HOW members) for the World Service Board of Directors. Non-members can offer valuable input and perspectives to our discussions and decision-making. Non-members help us see things that we can't always see ourselves. Possible candidates may have marketing or technology experience; be medical professionals or therapists; have experience in other 12-Step programs (there are many other possible areas of expertise!) This is a volunteer position.

We are all responsible for growing our Program. Helping us to find Non-Participating Directors is an opportunity to be of service to CEA-HOW as a whole!

**Commitment:**

- Attend three virtual meetings a year.
- Attend virtual Special Board meetings and/or serving on Subcommittees as needed.
  - Attend Annual Business Conference (expenses reimbursed).

Email questions and messages of interest to [ceahownominatingcom@gmail.com](mailto:ceahownominatingcom@gmail.com)





# Seeking your help and service

## Are you bilingual?

### Spanish- English



**CEA-HOW**

Compulsive Eaters Anonymous-HOW



#### WE NEED YOUR HELP

- Translating writing documents -literature
- Speaking in English and Spanish
- No abstinence required

For more information call  
**Maria D. (562) 536-1341 PST**  
**Molly (210) 410-0484 CST**

**CEA-HOW WSO**

**HOPE YOU CAN JOIN US**



# Convention Newsletter October 2025



PAUSE FOR THE MIRACLES

## General Contact Information

Email [ceahowconvention2025@gmail.com](mailto:ceahowconvention2025@gmail.com) or  
call Martie G-S at 916.204.7004

## Planning Meetings

Convention Planning Meetings will be held on ZOOM on the 2<sup>nd</sup> Sunday of the month at 2:00 PM Pacific Time with a few exceptions and increasing to more frequently starting in May. All invited to attend. Save these dates!

January 12	June 8
February 9	June 22
March 9	Jun 29
April 13	July 6
May 4	July 13
May 18	August 10

**Meeting ID 896 7832 7360**  
**Passcode 124578**

## Seeking Planning Committee Chairs

2025 Committee chairs are needed for:

- Celebration-Inspiration Show
  - Literature
  - Merchandise
- Public Information – Marketing
  - Survey

CEA-HOW ANNUAL GLOBAL  
CONVENTION 2025

Join us in Los Angeles, CA  
July 18-20, 2025  
Sonesta LAX Hotel







CEA - HOW GLOBAL CONVENTION 2025  
PAUSE FOR THE MIRACLES

Registration  
\$322.00

October 1 through December 31, 2024  
Monthly Payments Available

Connect with Your Global Fellowship for  
Workshops, Meetings, Meals,  
Entertainment and Fun!

Many Service Positions are available on the  
Planning Committee. Meetings start in  
January 2025. Email  
[ceahowconvention2025@gmail.com](mailto:ceahowconvention2025@gmail.com) or call  
Martie G-S at 916.204.7004

Find more details at [ceahow.org](http://ceahow.org)

Register at



[Ceahowconvention2025.eventbrite.com](http://Ceahowconvention2025.eventbrite.com)

CEA-HOW ANNUAL GLOBAL  
CONVENTION 2025

Join us in Los Angeles, CA  
July 18-20, 2025  
Sonesta LAX Hotel





Compulsive Eaters Anonymous-HOW  
San Fernando Valley Intergroup's  
24th Birthday Celebration Fundraiser

# Keeping a Lid on Abstinence Fun Through the Holidays

**Sunday, October 20, 2024**  
3-5 pm PST on Zoom

Fun, Friendship, Support, Recovery  
Speakers and Entertainment  
Inspiration to Stay Abstinent

## Prizes, Prizes, Prizes!

Prizes for the Best Hats  
Wear your favorite Hat, Cap or Lampshade  
Opportunity Drawing for Attending  
Our Famous Gift Card Auction

**For tickets go to:**

<https://keepingalidonabstinence.eventbrite.com>  
Zoom link will be emailed October 19

**\$24 Donation\* for 24 years**

Participate in our \$100.00  
Annual Matching Donation

\*Suggested Donation

We want you to be there to support SFVIG  
Any amount above \$2 would be appreciated

**For more information call:**

Lois 818-371-2564 or Sue 310-993-2060

**See You There & Thank You!**





# Revitalize Your Recovery

**This Fall...at...**

**The Compulsive Eaters  
Anonymous-HOW  
New York Retreat**

**October, 25th-3:00 PM-  
October, 27th-4:00 PM  
2024:Eastern**

**At the Meeting Space  
470 West 62nd Street, NY  
10069**

**Sponsored by Area 3,4,5  
& Live from New York**

**Fellowship**

**Abstinence  
Light**

**Love**

**P'ol M.**

**Susan C.  
917 714 4157  
Registration and Retreat-  
info:**

**646 660 1336  
Hotel & Fellowship info:**

**A Weekend of Hope: Registration \$25.00**



Join us for a weekend of recovery!

Up, Up, and Away with Love

February 14<sup>th</sup> – 16<sup>th</sup>, 2025

Franciscan Renewal Center

Scottsdale, AZ

Prices include registration,  
two nights lodging, & six meals

Single rooms are currently sold out- \$464

Get on the *waitlist* by registering/paying  
for a Double Room \$362

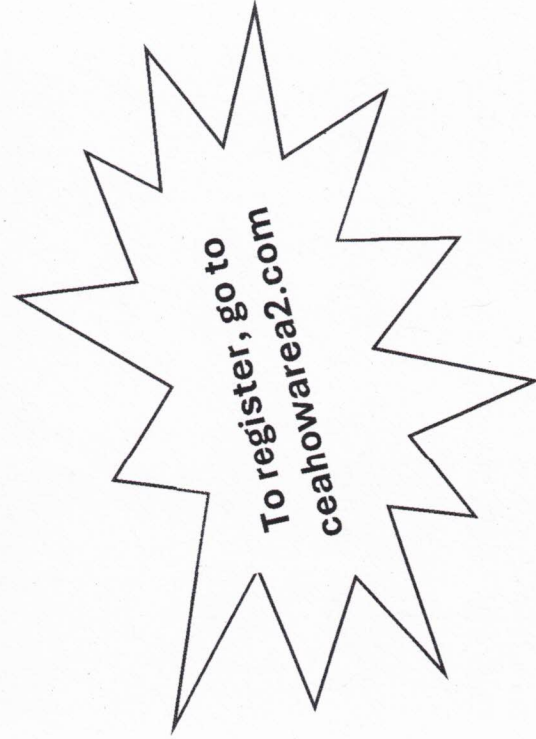
- Commuter with Paid Registration  
with five meals \$230
- Commuter with Paid Registration  
with no meals \$169

Payment plans still available

Info Español Fabiola 602-516-9953 AZ Time

Info English Ginger 602-423-3496 AZ Time

Register by 12/31/24





**COORDINADORES DE INTERGRUPOS, COMO SERVIDORES DE CONFIANZA DE SUS COMPAÑEROS, POR FAVOR COMPARTAN ESTA INFORMACIÓN CON SUS REPRESENTANTES DE INTERGRUPOS:**

**Anuncios de CEA-HOW para octubre:**

- 1. Aviso sobre la «Oración Hacer a un lado» (Eng & Esp)**
- 2. Volante para directores no participantes (Eng & Esp)**
- 3. Volante del Comité de Traducción al español (Esp)**
- 4. Boletín de octubre para la Convención de 2025 (Eng & Esp)**
- 5. Volante de inscripción de octubre para la Convención 2025 (Eng & Esp)**
- 6. Volante del retiro del 25 cumpleaños de CEA-HOW San Diego – “¡Vivir felices, alegres y libres!” 5 de octubre de 2024 en la Misión San Luis Rey, CA**
- 7. Volante del cumpleaños de CEA-HOW San Fernando Valley – “Cómo mantener la abstinencia durante las fiestas” 20 de octubre de 2024 en ZOOM**
- 8. Volante del Retiro en Nueva York – “Revitaliza tu recuperación” 25 - 27 de octubre de 2024, NYC, NY**
- 9. Volante del Aniversario hispano – “Progreso en el desarrollo” 26 de octubre de 2024 en Compton, CA**
- 10. Nuevo Volante de la Asamblea del Área 2 – “Arriba, arriba y con amor” 14 de febrero de 2025 en Scottsdale, AZ.**

Gracias por su servicio continuo,

Linda Valentino  
Directora ejecutiva

**World Service Organization**

Compulsive Eaters Anonymous-HOW (CEA-HOW)

3371 Glendale Boulevard, Suite 104

Los Angeles, CA 90039-1825

323-660-4333

[www.ceahow.org](http://www.ceahow.org)



Atención miembros de CEA-HOW

# SE BUSCAN DIRECTORES NO-PARTICIPANTES

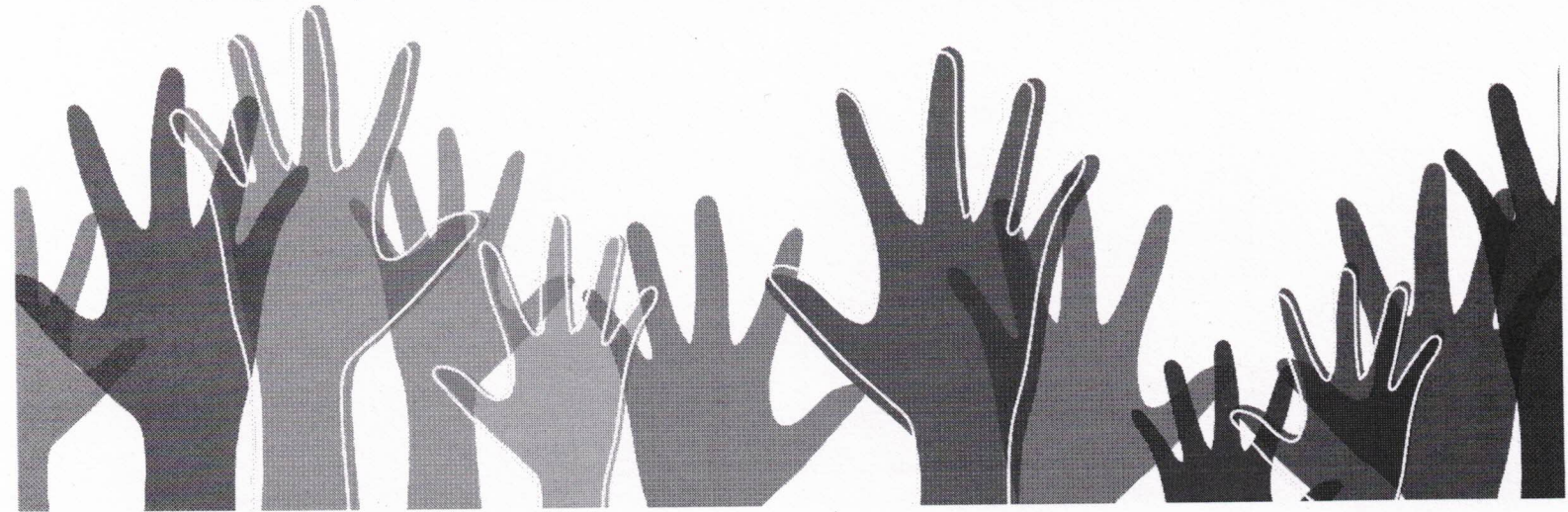
¿A quién en tu vida le gustaría apoyar el programa CEA-HOW y ayudar a mantenerlo prosperando?

Estamos buscando directores no participantes (que no sean miembros de CEA-HOW) para la Junta Directiva de Servicio Mundial. Los que no miembros pueden ofrecer valiosos aportes y perspectivas para nuestras discusiones y toma de decisiones. Los que no miembros nos ayudan a ver cosas que no siempre podemos ver por nosotros mismos. Los posibles candidatos pueden tener experiencia en mercadería o tecnología; ser profesionales médicos o terapeutas; tener experiencia en otros programas de 12 pasos (¡hay muchas otras posibles áreas de especialización!). Este es un puesto voluntario. Todos somos responsables de hacer crecer nuestro Programa. Ayudarnos a encontrar directores no participantes, es una oportunidad de hacer servicio para CEA-HOW en su totalidad.

**Compromiso:**

- Asistir a tres reuniones virtuales al año.
- Asistir a reuniones especiales virtuales de la Junta Directiva y/o participar en subcomités según sea necesario.
- Asistir a la conferencia anual de Trabajo de Servicios Mundiale (gastos reembolsados).

Envíe sus preguntas y mensajes de interés por correo electrónico a [ceahownominatingcom@gmail.com](mailto:ceahownominatingcom@gmail.com)





# Servicio Voluntario

## ¿Hablas

# Español & Inglés?



**CEA-HOW**

Compulsive Eaters Anonymous-HOW



## NECESITAMOS TU AYUDA

- Traducir documentos y literatura
- Ayudar conversando en inglés y español
- No se necesita abstinencia

Para más información llama a:  
**Maria D. (562) 536-1341 PST**  
**Molly S. (210) 410-0484 CST**

CEA-HOW WSO

**GRACIAS POR TU SERVICIO**



# Boletín de la Convención Octubre 2025



PAUSE FOR THE MIRACLES

## Información general de contacto

Correo Electrónico: [ceahowconvention2025@gmail.com](mailto:ceahowconvention2025@gmail.com)  
o llame a Martie G-S al 916.204.7004

## Reuniones de planificación

Las reuniones de planificación de la convención se llevarán a cabo en ZOOM el segundo domingo de cada mes a las 2:00 p.m., hora del Pacífico, con algunas excepciones y aumentarán con mayor frecuencia a partir de mayo. Todos están invitados a asistir. ¡Reserve estas fechas!

Enero 12	Junio 8
Febrero 9	Junio 22
Marzo 9	Junio 29
Abril 13	Julio 6
Mayo 4	Julio 13
Mayo 18	Agosto 10

**ID de reunión 896 7832 7360**  
**Código de acceso 124578**

## Estamos Buscando Presidentes de Comités de Planificación

Los presidentes de los comités necesarios para el 2025 son:

- Show de Celebración de Inspiración (Desfile de Moda)
  - Literatura
- Tienda de CEA-HOW
- Información Pública
  - Encuesta

CEA-HOW CONVENCION  
ANUAL GLOBAL  
2025

Unase a nosotros en Los Angeles, CA  
Del 18 al 20 de Julio del 2025  
Hotel Sonesta LAX







CEA - HOW GLOBAL CONVENTION 2025  
PAUSE FOR THE MIRACLES

Inscripción  
\$322.00

Del 1 de octubre al 31 de  
diciembre de 2024

Pagos mensuales disponibles

¡Conéctese con SU hermandad global  
para talleres, reuniones, comidas,  
entretenimiento y diversión!

Muchos puestos de servicio están disponibles en el  
Comité de Planificación.

Las reuniones comienzan en Enero 2025.

Envíe un correo electrónico a

[ceahowconvention2025@gmail.com](mailto:ceahowconvention2025@gmail.com) o llame a

Martie G-S al 916.204.7004

Más detalles en [ceahow.org](http://ceahow.org)

Regístrese para la convención



[Ceahowconvention2025.eventbrite.com](http://Ceahowconvention2025.eventbrite.com)

CONVENCIÓN ANUAL GLOBAL  
CEA HOW 2025

Unase con nosotros en Los Angeles,  
CA

Del 18 al 20 de Julio del 2025  
Hotel Sonesta LAX







SCI  
CEA HOW

Aniversario

***Sabado Octubre 26 /2024***

Nuestra sra. De La Victoria  
519 E. Palmer st. Compton  
Ca. 90221.

Con su lema

**3:30 pm a 8:30 pm**

***Progreso en el desarrollo***

**Oradores**

- Rifas ▪ Cena
- 50/50 ▪ Baile

**Contactos:**

Betty: 310 780 0508  
Norma: 310 590 5579

**Vestimenta:**

De tu artista favorito,  
personaje, princesa, etc.

**Costo \$35.00**







¡Únete a nosotros para un fin de semana de recuperación!

**Sube, Sube y Vuela en Amor  
del 14 al 16 de febrero de 2025  
Centro de Renovación Franciscana  
Scottsdale, AZ**

Los precios incluyen inscripción,  
dos noches de alojamiento y seis comidas.

- Habitación sencilla \$464 (Agotadas)
- Inscríbese en la lista de espera registrándose/pagando una habitación doble \$362
- Sin habitación con inscripción y 6 comidas \$230
- Sin habitación con inscripción y sin comida \$169

Inf. Español Fabiola 602-516-9953  
Inf. English Ginger 602-423-3496  
Regístrese antes del 31/12/24

