



# انجمن الکلی های گمنام ایران

آدرس جلسات حضوری A.A ۵ (کرمان - هرمزگان - سیستان)

تاریخ به روز رسانی: ۱۴۰۴/۰۸/۱۱

WWW.IRANAA.ORG

---

اگر شما با مصرف الکل مشکل دارید، خوشحال خواهیم شد که به شما نشان دهیم

که چگونه ما دست از نوشیدن مشروبات الکلی برداشتیم.

فقط با ما تماس بگیرید.

شماره ماندگار اطلاع رسانی ناحیه ۵ : ۰۹۱۳۹۳۸۰۰۷۳

شماره ماندگار پیام رسانی ناحیه ۵ : ۰۹۹۶۴۰۱۰۷۴۵

آدرس دفتر خدمات محلی : کرمان، بلوار جهاد، نبش کوچه شماره 25، طبقه منفی یک، ساختمان سرو

در الکلی های گمنام حق عضویت و شهریه ای دریافت نمیگردد

---

## الکلی های گمنام چیست؟

الکلی های گمنام انجمنی متشکل از افرادی است که تجربه ، نیرو و امید خود را با یکدیگر مشارکت میکنند تا بتوانند مشکل مشترک شان را حل نموده و دیگران را نیز در بهبودی از بیماری الکلیسم یاری دهند.

\* تنها لازمه ی عضویت تمایل به توقف نوشیدن الکل است. در الکلی های گمنام حق عضویت و شهریه ای وجود ندارد ما از طریق اعانات خودمان خودکفا هستیم.

\*الکلی های گمنام با هیچ فرقه ،مذهب سیاست سازمان یا موسسه ای پیوستگی ندارد و مایل به موضع گیری در بحث ها و مشاجرات نیست و هیچ جنبشی را رد یا تأیید نمی کند.

\* هدف اصلی ما هشیاری و کمک به دیگر الکلی ها برای کسب هشیاری است.

## الکلیسم چیست؟

در مورد ماهیت واقعی الکلیسم عقاید متفاوتی وجود دارد. توضیح قابل قبول در مورد اکثر اعضای انجمن الکلی های گمنام این است که الکلیسم یک بیماری پیش رونده است که شاید هیچگاه درمان نشود؛ اما مانند دیگر بیماریها میتواند متوقف گردد یک گام جلوتر در می یابیم که اکثر افراد عضو انجمن الکلی های گمنام احساس میکنند که این بیماری ترکیبی از حساسیت جسمانی به الکل و وسوسه ی ذهنی به نوشیدن مشروب است که فارغ از هرگونه عواقبی به تنهایی با استفاده از نیروی اراده نمیتوان جلوی آن را گرفت پیش از بیان این نظریه اکثر الکلیهایی که قادر به متوقف کردن مصرف الکل نبودند گمان میکردند که از لحاظ اخلاقی ضعیف هستند یا احتمالاً تعادل روانی ندارند.

عقیده ی انجمن الکلی های گمنام این است که الکلی ها بیمارانی هستند که اگر یک برنامه ساده که موفقیت آن اثبات شده است را دنبال کنند میتوانند بهبود یابند برنامه ای که در مورد بیش از دو میلیون مرد و زن موفقیت آمیز بوده است.

## دوازده قدم الکلی های گمنام چیست؟

قدمهای دوازده گانه الکلی های گمنام شامل تعدادی اصول میباشد که ماهیت آنها روحانی بوده و اگر به عنوان روشی در زندگی اجرا شود، میتواند وسوسه مشروب خواری را از فرد خارج کرده و موجب شود که او تبدیل به شخصی شاد و کاملاً مفید گردد.

## دوازده سنت الکلی های گمنام چیست؟

سنتهای دوازده گانه الکلی های گمنام در رابطه با کارکرد انجمن میباشد و طرح جامعی است که از این طریق الکلی های گمنام ضمن حفظ یگانگی، حیات و رشد ، خود را با دنیای اطراف منطبق میسازد.

## دوازده مفهوم الکلی های گمنام چیست؟

دوازده مفهوم برای خدمات جهانی تعدادی از اصول مربوط به هم را عرضه میکند تا اطمینان حاصل کنند که اجزای مختلف ساختار خدماتی الکلی های گمنام در برابر کسانی که به آنها خدمت میکنند همواره پاسخگو و مسئول باقی بماند.

# کرمان - هرمزگان - سیستان

| ردیف  | نام گروه      | ساعت برگزاری             | روز جلسه                    | توضیحات          | نماینده                 | آدرس                                                                                    | لوکیشن                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------|---------------|--------------------------|-----------------------------|------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| کرمان | آفرینش        | ۵:۰۰-۶:۰۰                | همه روزه به جز جمعه         | آقایان           | هادی<br>۰۹۱۳۱۹۷۰۳۴۱     | کرمان - بلوار امیرکبیر - کوچه ۴ - بعد از باغ بهرامی - سمت چپ جنوبی ۶ داخل تکیه ابوالفضل | <a href="https://maps.app.goo.gl/BYGXGKcMcKAhPKjf8">https://maps.app.goo.gl/BYGXGKcMcKAhPKjf8</a>                                                                                                                                                                                                                                           |
| کرمان | صبح فرهنگ سرا | ۶:۴۵-۵:۴۵                | شنبه تا جمعه                | مختلط            | اصغر<br>۰۹۱۳۳۹۷۵۷۱      | کرمان - خیابان خورشید - جنب پمپ بنزین - فرهنگسرای کوثر                                  | <a href="https://maps.google.com/?cid=7895604562138588526&amp;entry=gps">https://maps.google.com/?cid=7895604562138588526&amp;entry=gps</a>                                                                                                                                                                                                 |
| کرمان | بامداد پارس   | ۶:۰۰-۷:۰۰<br>۷:۰۰-۸:۰۰   | شنبه تا پنجشنبه جمعه        | خانم ها و آقایان | مهدی<br>۰۹۹۰۷۸۲۱۳۴۹     | کرمان - چهار راه فرهنگیان - تماشاخانه هتل پارس - طبقه فوقانی - گلفروشی کاکتوس           | <a href="https://maps.app.goo.gl/U9gUZM6RnTWdgt3M7">https://maps.app.goo.gl/U9gUZM6RnTWdgt3M7</a>                                                                                                                                                                                                                                           |
| کرمان | صبح نشاط      | ۶:۰۰-۷:۰۰<br>۷:۳۰-۹:۰۰   | شنبه تا پنجشنبه جمعه        | خانم ها و آقایان | یاسر<br>۰۹۱۳۱۴۰۲۷۱۲     | کرمان - بلوار جمهوری - چهارراه امیر کبیر - داخل فنی حرفه ای - رستوران ماندگار           | <a href="https://maps.google.com/?q=Kerman+Province%2C+Kerman%2C+Jomhuri+Blvd%2C+Technical+Training+Center&amp;ftid=0x3f0218ca65206db1:0x762299778c1de6a4&amp;entry=gps">https://maps.google.com/?q=Kerman+Province%2C+Kerman%2C+Jomhuri+Blvd%2C+Technical+Training+Center&amp;ftid=0x3f0218ca65206db1:0x762299778c1de6a4&amp;entry=gps</a> |
| کرمان | صبح دانش      | ۶:۰۰-۷:۰۰<br>۶:۰۰-۷:۱۵   | شنبه تا چهارشنبه پنجشنبه ها | خانم ها و آقایان | نجمه<br>۰۹۱۰۳۷۱۳۴۳۸     | کرمان - خیابان زغال سنگ - خیابان نارنج - مسجد امام حسین                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| کرمان | صبح بوتیا     | ۷:۳۰ - ۶:۳۰<br>۷:۳۰-۸:۴۵ | شنبه تا چهارشنبه پنجشنبه ها | خانم ها و آقایان | میلاد<br>۰۹۱۳۱۹۶۱۷۱۳    | کرمان - زریسف نبش کوچه ۲۸ بوستان پدر - تکیه امام حسین                                   | <a href="https://maps.app.goo.gl/EfJ6cSeNUeEzhcfB7">https://maps.app.goo.gl/EfJ6cSeNUeEzhcfB7</a>                                                                                                                                                                                                                                           |
| کرمان | صبح طاهر آباد | ۷:۳۰-۶:۳۰<br>۱۱:۱۵-۱۰:۰۰ | شنبه تا پنجشنبه جمعه        | خانم ها و آقایان | محمد علی<br>۰۹۱۳۳۴۲۴۵۵۹ | کرمان - بلوار جمهوری - انتهای کوچه ۱۴ - سمت راست داخل مهدیه امام زمان                   | <a href="https://maps.google.com/?cid=12438177890576623057&amp;entry=gps">https://maps.google.com/?cid=12438177890576623057&amp;entry=gps</a>                                                                                                                                                                                               |
| کرمان | شهرک باهنر    | ۷:۳۰ - ۶:۳۰              | سه شنبه                     | خانم ها و آقایان | محمد<br>۰۹۱۳۲۹۸۸۹۰۸     | کرمان - شهرک باهنر - جنب پارک نظام مهندسی - تکیه جان نثاران                             | <a href="https://maps.apple.com/?ll=30.298413,57.027323&amp;q=Dropped%20Pin&amp;ext=EiYpqpqpAh">https://maps.apple.com/?ll=30.298413,57.027323&amp;q=Dropped%20Pin&amp;ext=EiYpqpqpAh</a>                                                                                                                                                   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                    |                        |                     |                             |                                |                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------|-----------------------------|--------------------------------|-----------------------|
| 9LPkAxY6bH2teCTEA5fkN1u<br>mtNPkBBsY3DxyyETEBQBA<br>%3D%3D&t=h                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                    |                        |                     |                             |                                |                       |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/sJA8xNRXduHCQNf3A">https://maps.app.goo.gl/sJA8xNRXduHCQNf3A</a>                                                                                                                                                                                                                                           | کرمان-والفجر شمالی -مسجد امام حسین                                                 | آرش<br>۰۹۳۶۸۸۴۵۹۵۵     | آقایان              | شنبه تا پنج<br>شنبه         | ۶:۴۵-۷:۴۵                      | کرمان<br>نگین         |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/1z7aREYqFiFo7FpN7">https://maps.app.goo.gl/1z7aREYqFiFo7FpN7</a>                                                                                                                                                                                                                                           | کرمان - شریعتی - نبش کوچه ۹ - آرامگاه قطب<br>اولیاء                                | صابر<br>۰۹۱۳۱۴۰۹۹۸۱    | خانم ها و<br>آقایان | شنبه تا پنج<br>شنبه<br>جمعه | ۷:۰۰-۸:۰۰<br>۸:۳۰-۹:۳۰         | کرمان<br>جلسه بازار   |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/1ehJZCFEjAtz5vBn7?q_st=iw">https://maps.app.goo.gl/1ehJZCFEjAtz5vBn7?q_st=iw</a>                                                                                                                                                                                                                           | کرمان-جاده تهران، بعد از پل راه آهن جنب<br>مسجد خدیجه                              | نادر<br>۰۹۳۰۱۸۶۴۶۵۱    | آقایان              | همه روزه<br>غیر از جمعه ها  | ۶:۳۰-۷:۰۰                      | کرمان<br>وحدت         |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/YZwVPwbXvNi6PUGp7?q_st=ic">https://maps.app.goo.gl/YZwVPwbXvNi6PUGp7?q_st=ic</a>                                                                                                                                                                                                                           | کرمان-جاده تهران بعد از چهارراه فیروزه-تکیه<br>علی ابن الحسین                      | سمیه<br>۰۹۱۳۶۴۹۳۱۴۷    | بانوان              | روزهای فرد                  | ۸:۰۰-۹:۰۰                      | کرمان<br>بانوان آفتاب |
| <a href="https://maps.google.com/?q=72P8%2BQWX%2C+Kerman%2C+Iran&amp;ftid=0x3f0218b17adbe6cb:0xc8ed27e97aa2aa0c&amp;entry=gps">https://maps.google.com/?q=72P8%2BQWX%2C+Kerman%2C+Iran&amp;ftid=0x3f0218b17adbe6cb:0xc8ed27e97aa2aa0c&amp;entry=gps</a>                                                                                     | کرمان - بلوار امام حسن - میدان امام حسن -<br>کوچه ۱۱ - مسجد امام حسن               | علیرضا<br>۰۹۳۸۸۹۹۸۴۱۷  | آقایان              | همه روزه غیر<br>از جمعه     | ۸:۳۰ - ۷:۳۰                    | کرمان<br>جوانان       |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/Tsf7pUgFva7Qpiih6">https://maps.app.goo.gl/Tsf7pUgFva7Qpiih6</a>                                                                                                                                                                                                                                           | کرمان-خیابان کمیل -نبش کوچه ۱۸                                                     | هلن<br>۰۹۱۳۵۵۴۸۳۶۱     | بانوان              | روزهای زوج و<br>جمعه        | ۸:۳۰-۹:۳۰                      | کرمان<br>نور          |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/UMtdjcsmnhfafLE1A">https://maps.app.goo.gl/UMtdjcsmnhfafLE1A</a>                                                                                                                                                                                                                                           | کرمان ،کاروان سرای گنجعلی خان                                                      | فرشته<br>۰۹۱۳۰۴۶۶۸۱۷   | بانوان              | پنج شنبه                    | ۱۰:۰۰-۱۱:۰۰                    | کرمان<br>گنجعلی خان   |
| <a href="https://maps.google.com/?q=Kerman+Province%2C+Kerman%2C+Jomhuri+Blvd%2C+Technical+Training+Center&amp;ftid=0x3f0218ca65206db1:0x762299778c1de6a4&amp;entry=gps">https://maps.google.com/?q=Kerman+Province%2C+Kerman%2C+Jomhuri+Blvd%2C+Technical+Training+Center&amp;ftid=0x3f0218ca65206db1:0x762299778c1de6a4&amp;entry=gps</a> | کرمان -بلوار جمهوری اسلامی چهار راه امیر<br>کبیر-داخل فنی حرفه ای -رستوران ماندگار | آرش<br>۰۹۱۲۰۱۹۱۴۹۹     | آقایان              | جمعه                        | ۱۲:۰۰ - ۱۱:۰۰                  | کرمان<br>ظهر آدینه    |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/PTuSHQGswLGb6W2q6?q_st=ic">https://maps.app.goo.gl/PTuSHQGswLGb6W2q6?q_st=ic</a>                                                                                                                                                                                                                           | کرمان-بلوار امام حسن - کوچه ۱۰- مسجد<br>کوثر                                       | امیرعلی<br>۰۹۱۳۶۵۰۰۳۲۶ | آقایان              | همه روزه<br>پنج شنبه ها     | ۱۵:۰۰ - ۱۴:۰۰<br>۱۵:۱۵ - ۱۴:۰۰ | کرمان<br>حافظیه       |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/x6FRmQL6C4WNiR9U9">https://maps.app.goo.gl/x6FRmQL6C4WNiR9U9</a>                                                                                                                                                                                                                                           | کرمان - خیابان جهاد - بین کوچه ۲۳ و ۲۵ -<br>ساختمان سرو -زیرزمین ساختمان سرو       | مانلی<br>۰۹۱۶۲۰۷۰۲۵۷   | بانوان              | شنبه تا پنج<br>شنبه         | ۱۴:۰۰-۱۵:۰۰                    | کرمان<br>بانوان دریا  |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/1z7aREYqFiFo7FpN7">https://maps.app.goo.gl/1z7aREYqFiFo7FpN7</a>                                                                                                                                                                                                                                           | کرمان - شریعتی - نبش کوچه ۹ - مسجد قطب<br>اولیاء                                   | آزیتا<br>۰۹۱۳۹۹۶۵۵۳۶   | بانوان              | روز های فرد                 | ۱۵:۰۰-۱۶:۰۰                    | کرمان<br>بانوان روشن  |

|       |               |                                                    |                                          |                     |                        |                                                                       |                                                                                                                   |
|-------|---------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| کرمان | گنج           | ۱۵:۳۰-۱۶:۳۰<br>همه روزه<br>(نیمه اول سال)          | همه روزه<br>(نیمه دوم سال)               | آقایان              | محسن<br>۰۹۱۳۳۴۱۶۷۰۳    | خیابان چمران-جنب شیرینی خانواده-بین کوچه ۷ و ۹ مسجد تاریخی گنج        | <a href="https://maps.app.goo.gl/S71EA3cAKDMzYyPJ8?g_st=aw">https://maps.app.goo.gl/S71EA3cAKDMzYyPJ8?g_st=aw</a> |
| کرمان | رضوان         | نیمه اول<br>۱۶:۰۰-۱۷:۰۰<br>نیمه دوم<br>۱۵:۳۰-۱۶:۳۰ | شنبه تا پنج<br>شنبه                      | خانم ها و<br>آقایان | جلال<br>۰۹۱۳۸۱۴۲۱۱۴    | کرمان-بلوار رضوان، کوچه ۳۶-انتهای کوچه مسجد امیرالمومنین              | <a href="https://maps.app.goo.gl/4PhmpUn5GDF7HMuQ8">https://maps.app.goo.gl/4PhmpUn5GDF7HMuQ8</a>                 |
| کرمان | سفر به سنت ها | ۱۶:۰۰-۱۷:۰۰                                        | یک شنبه ها                               | آقایان              | امیرعلی<br>۰۹۰۱۹۱۰۹۶۲۶ | کرمان-امیرکبیر ۴-جنوبی ۶ تکیه ابوالفضل                                |                                                                                                                   |
| کرمان | عصر مشتاق     | ۱۷:۰۰-۱۸:۱۵<br>۱۶:۰۰-۱۷:۱۵                         | همه روزه غیر<br>از سه شنبه<br>سه شنبه ها | خانم ها و<br>آقایان | حسین<br>۰۹۱۳۸۹۱۱۸۳۹    | کرمان-شهرک مطهری-خیابان دانش-دانش ۴-خیریه بابک زمین                   | <a href="https://maps.app.goo.gl/KomhbsbPDagPuZt87">https://maps.app.goo.gl/KomhbsbPDagPuZt87</a>                 |
| کرمان | پارس          | ۱۷:۰۰-۱۸:۰۰                                        | همه روزه                                 | خانم ها و<br>آقایان | جلال<br>۰۹۱۶۲۴۹۴۹۶۹    | کرمان-چهار راه فرهنگیان-تماشاخانه هتل پارس-طبقه فوقانی-گلفروشی کاکتوس | <a href="https://maps.app.goo.gl/U9gUuZM6RnTWdgt3M7">https://maps.app.goo.gl/U9gUuZM6RnTWdgt3M7</a>               |
| کرمان | بوستان        | ۱۸:۰۰-۱۹:۰۰                                        | شنبه تا پنج<br>شنبه                      | خانم ها و<br>آقایان | سعید<br>۰۹۱۳۶۶۳۶۹۴۱    | کرمان-خیابان فتحعلی شاهی-جنب کوچه ۶-تکیه ارادتمندان حضرت ابوالفضل     |                                                                                                                   |
| کرمان | کارمانیا      | ۲۰:۱۵-۱۹:۰۰                                        | سه شنبه                                  | خانم ها و<br>آقایان | پیام<br>۰۹۱۳۲۸۹۱۷۳۹    | فعلا برگزار نمیشود.                                                   |                                                                                                                   |

|       |                   |                                                    |                                              |                     |                         |                                                                                          |                                                                                                                                         |
|-------|-------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| کرمان | اندیشه            | ۱۹:۳۰-۲۰:۴۵                                        | شنبه -<br>دوشنبه -<br>چهارشنبه               | خانم ها و<br>آقایان | محمد<br>۰۹۱۳۶۱۴۵۶۵۴     | کرمان - بلوار فردوسی - سالن اجتماعات تکیه<br>عباسعلی                                     | <a href="https://maps.google.com/?q=30.286503,57.064210&amp;entry=gps">https://maps.google.com/?q=30.286503,57.064210&amp;entry=gps</a> |
| کرمان | سجادیه            | ۲۰:۰۰-۲۱:۰۰                                        | روزهای زوج                                   | آقایان              | محمدباقر<br>۰۹۱۳۷۸۷۵۱۳۳ | کرمان - بلوار سجادیه نبش کوچه ۹-مسجد غدیر                                                |                                                                                                                                         |
| کرمان | همدلان            | نیمه اول<br>۲۰:۰۰-۲۱:۰۰<br>نیمه دوم<br>۲۰:۳۰-۲۱:۳۰ | همه روزه                                     | خانم ها و<br>آقایان | محمد<br>۰۹۱۵۵۳۰۹۱۰۷     | کرمان -بلوار امیرکبیر-کوچه ۴- بعد از باغ<br>بهرامی- سمت چپ جنوبی ۶ داخل تکیه<br>ابوالفضل | <a href="https://maps.app.goo.gl/BYGXGKcMcKAhPKjf8">https://maps.app.goo.gl/BYGXGKcMcKAhPKjf8</a>                                       |
| کرمان | پیوند گواشیر      | ۲۰:۳۰-۲۱:۳۰<br>نیمه اول<br>نیمه دوم<br>۲۰:۰۰-۲۱:۰۰ | از شنبه تا<br>پنج‌شنبه                       | آقایان              | حمید<br>۰۹۱۳۳۴۰۷۵۹۴     | کرمان-بلوار امام حسین،کوچه ۳۶،انتهای<br>کوچه(نبش شهیدان ورزنده ۱۰)،مسجد النبی            | <a href="https://maps.google.com/?q=30.264055,57.049541">https://maps.google.com/?q=30.264055,57.049541</a>                             |
| کرمان | پیوند گواشیر      | ۱۸:۰۰-۱۹:۱۵                                        | جمعه                                         | خانم ها و<br>آقایان | حمید<br>۰۹۱۳۳۴۰۷۵۹۴     | میدان خواجهو-جنب پمپ گاز،سالن اجتماعات<br>هنرستان هنرهای زیبا                            | <a href="https://maps.app.goo.gl/c3wJMVj5vEnTH7zw7?q_st=iw">https://maps.app.goo.gl/c3wJMVj5vEnTH7zw7?q_st=iw</a>                       |
| کرمان | آوای بهبودی       | ۲۰:۴۵-۲۱:۴۵                                        | همه روزه                                     | آقایان              | علیرضا<br>۰۹۱۱۸۴۰۶۷۲۳   | کرمان-بلوار امام حسن - کوچه ۱۰- مسجد<br>کوثر                                             | <a href="https://maps.app.goo.gl/PTuSHQGswLGb6W2q6?q_st=ic">https://maps.app.goo.gl/PTuSHQGswLGb6W2q6?q_st=ic</a>                       |
| کرمان | قانون ۶۲          | ۲۱:۳۰-۲۲:۳۰                                        | روزهای زوج                                   | آقایان              | مهدی<br>۰۹۱۳۶۶۴۸۳۶۵     | کرمان-خیابان کمیل -نبش کوچه ۱۸                                                           | <a href="https://maps.app.goo.gl/Tsf7pUgFva7Qpiih6">https://maps.app.goo.gl/Tsf7pUgFva7Qpiih6</a>                                       |
| کرمان | وادی              | ۱۷:۰۰ - ۱۶:۰۰<br>۱۵:۰۰-۱۶:۰۰                       | دوشنبه نیمسال<br>اول<br>دوشنبه نیمسال<br>دوم | خانم ها و<br>آقایان | محمدرضا<br>۰۹۱۳۶۶۰۰۷۰۰  | جاده جویار ماهان - نزدیک دانشگاه های تک -<br>روبروی کوه سه شاخ                           | <a href="https://maps.google.com/?q=30.042263,57.216655&amp;entry=gps">https://maps.google.com/?q=30.042263,57.216655&amp;entry=gps</a> |
| کرمان | فروغ عشق<br>ماهان | ۶:۰۰-۷:۰۰<br>۷:۰۰-۸:۰۰                             | شنبه تا پنج<br>شنبه<br>جمعه ها               | خانم ها و<br>آقایان | علی<br>۰۹۱۷۹۳۶۱۷۶۰      | ماهان-خیابان جمهوری،کوچه ۸،روبروی<br>آشپزخانه صدف                                        | <a href="https://maps.app.goo.gl/H629MrgpbxtjcqmBA?q_st=aw">https://maps.app.goo.gl/H629MrgpbxtjcqmBA?q_st=aw</a>                       |
| کرمان | اتحاد ماهان       | ۱۸:۳۰-۱۹:۴۵                                        | همه روزه                                     | خانم ها و<br>آقایان | محمد<br>۰۹۱۴۰۹۲۵۱۷۲     | ماهان-خیابان جمهوری،کوچه ۸،روبروی<br>آشپزخانه صدف                                        | <a href="https://maps.app.goo.gl/H629MrgpbxtjcqmBA?q_st=aw">https://maps.app.goo.gl/H629MrgpbxtjcqmBA?q_st=aw</a>                       |
| کرمان | رهایی محی آباد    | ۱۶:۰۰-۱۷:۰۰<br>۱۷:۰۰-۱۸:۰۰                         | شنبه تا پنج<br>شنبه                          | آقایان              | پارسا<br>۰۹۱۳۲۹۶۵۳۴۹    | محی آباد خیابان شهید مطهری (شهرک<br>باقرالعلوم)بعد از کوچه ۸                             | <a href="https://nshn.ir/rb_bhTU-edef-p">https://nshn.ir/rb_bhTU-edef-p</a>                                                             |

|        |               |                                                        |                                  |                                   |                                                                           |
|--------|---------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
|        | چهارشنبه      |                                                        |                                  | انتهای خیابان تکیه قاسم ابن الحسن |                                                                           |
| کرمان  | امید شرف آباد | ۲۰:۰۰ - ۲۱:۰۰                                          | شنبه تا پنج<br>شنبه              | آقایان                            | سجاد<br>۰۹۱۳۶۲۵۱۰۸۸                                                       |
| کرمان  | اختیار آباد   | ۲۱:۰۰ - ۲۰:۰۰<br>۱۰:۰۰ - ۹:۰۰                          | شنبه الی<br>چهارشنبه<br>جمعه صبح | خانم ها و<br>آقایان               | رحمان<br>۰۹۱۳۲۴۰۷۰۰۲                                                      |
| بردسیر | اتحاد         | ۷:۳۰ - ۶:۳۰<br>۹:۰۰ - ۸:۰۰                             | شنبه تا پنج<br>شنبه<br>جمعه      | خانم ها و<br>آقایان               | حسین<br>۰۹۱۳۲۹۶۲۶۳۷                                                       |
| بردسیر | شب بازار      | ۲۰:۳۰ - ۲۱:۳۰                                          | همه روزه                         | خانم ها و<br>آقایان               | احد<br>۰۹۱۳۶۶۱۴۹۴۴                                                        |
| بردسیر | روشن بانوان   | ۸:۰۰ - ۹:۰۰                                            | روزهای زوج                       | بانوان                            | صدیقه<br>۰۹۱۳۶۱۰۹۷۳۷                                                      |
| بردسیر | صبح امید      | ۱۱:۳۰ - ۱۰:۰۰                                          | جمعه ها                          | خانم ها و<br>آقایان               | امین<br>۰۹۱۲۰۷۹۹۵۶۰                                                       |
| بردسیر | ظهر نشاط      | ۱۳:۰۰ - ۱۴:۰۰                                          | شنبه تا سه شنبه                  | آقایان                            | مجتبی<br>۰۹۱۷۷۶۸۲۳۴۳                                                      |
| بردسیر | نشاط          | ۱۸:۳۰ - ۱۹:۴۵                                          | همه روزه                         | آقایان                            | منصور<br>۰۹۱۴۰۱۵۹۵۱۴                                                      |
| بردسیر | هجین بردسیر   | ۱۹:۰۰ - ۲۰:۱۵                                          | روز های فرد                      | خانم ها و<br>آقایان               | محمد<br>۰۹۱۳۹۸۷۹۹۶۳                                                       |
| بردسیر | امید بانوان   | نیمه اول<br>۱۶-۱۷:۱۵<br>نیمه دوم<br>۱۵-۱۶:۱۵           | همه روزه غیراز<br>شنبه ها        | بانوان                            | زهره<br>۰۹۹۱۶۹۳۹۳۰۰                                                       |
| بردسیر | رهایی         | نیمه اول<br>۱۹:۳۰ - ۲۰:۴۵<br>نیمه دوم<br>۲۰:۱۵ - ۱۹:۰۰ | همه روزه                         | آقایان                            | صادق<br>۰۹۱۳۹۳۹۵۳۸۹                                                       |
|        |               |                                                        |                                  |                                   | بردسیر - خیابان شهید خسروی - جنب<br>شهرداری - حسینه قمر بنی هاشم          |
|        |               |                                                        |                                  |                                   | بردسیر - چهارراه بهجرد به طرف جاده بیدخان<br>مهدیه صاحب الزمان            |
|        |               |                                                        |                                  |                                   | بردسیر - مسجد بازار شهر                                                   |
|        |               |                                                        |                                  |                                   | اختیار آباد - خیابان طالقانی - بین کوچه ۱۲ و<br>۱۴ - مسجد امام علی        |
|        |               |                                                        |                                  |                                   | شرف آباد - ۲۰ متری مطهری - ۵۰ متر بعد از<br>چهار کوچه اول - تکیه علی اصغر |
|        |               |                                                        |                                  |                                   | انتهای خیابان تکیه قاسم ابن الحسن                                         |

|                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                          |                         |                  |                             |                         |                  |          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------|-----------------------------|-------------------------|------------------|----------|
| <a href="https://maps.app.goo.gl/1Pb5CGY2PhAmhUvR7">https://maps.app.goo.gl/1Pb5CGY2PhAmhUvR7</a>                                                                                                                                     | بردسیر - چهارراه بهجرد مسجد مدرسه شهید باقرزاده                          | حمید<br>۰۹۲۱۱۴۱۰۳۳۷     | آقایان           | همه روزه                    | ۱۹:۰۰-۲۰:۱۵             | ندای آرامش       | بردسیر   |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/tGjWEG9GbNC2qMzs5">https://maps.app.goo.gl/tGjWEG9GbNC2qMzs5</a>                                                                                                                                     | شهر بابک - خیابان امام - طبقه بالای دکتر فردوس                           | علی<br>۰۹۱۳۹۲۸۰۶۷       | خانم ها و آقایان | شنبه تا پنج شنبه            | ۶:۰۰ - ۷:۰۰             | طلوع صبح         | شهر بابک |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/pZ86gUigKwxfq5p2A?g_st=am">https://maps.app.goo.gl/pZ86gUigKwxfq5p2A?g_st=am</a>                                                                                                                     | شهر بابک - میدان شهدا-بلوار شهید حسینی - مجتمع هنری شهدا-اتاق هنرمندان   | ندا<br>۰۹۳۰۴۵۰۲۱۳۳      | خانم ها          | شنبه و چهارشنبه             | ۸:۰۰-۹:۰۰               | بانوان آرامش     | شهر بابک |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/RhG7reEGPgb8UZHN8?g_st=am">https://maps.app.goo.gl/RhG7reEGPgb8UZHN8?g_st=am</a>                                                                                                                     | شهر بابک-مهرآباد-خیابان گلستان -خیابان بهارستان ۷ حسینیہ امام هادی       | جواد<br>۰۹۱۴۰۵۸۲۹۰۹     | خانم ها و آقایان | جمعه ها                     | ۱۲:۰۰-۱۳:۰۰             | مهرشهر بابک      | شهر بابک |
| <a href="https://maps.google.com/?q=Shahrebabak%2C+Iran&amp;ftid=0x3faa5e31bd2467cb:0x8b26127e84649eed&amp;entry=gps">https://maps.google.com/?q=Shahrebabak%2C+Iran&amp;ftid=0x3faa5e31bd2467cb:0x8b26127e84649eed&amp;entry=gps</a> | شهر بابک -بلوار معلم-مسجد شهر کهنه                                       | خسرو<br>۰۹۳۶۳۲۵۲۷۴۴     | آقایان           | هرروز غیر از جمعه           | ۱۴:۰۰-۱۳:۰۰             | شهر کهنه         | شهر بابک |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/qaCtXBGR6wG1qWB37?g_st=am">https://maps.app.goo.gl/qaCtXBGR6wG1qWB37?g_st=am</a>                                                                                                                     | شهر بابک-میدان شهدا-سالن فرهنگی و هنری شهدا، اتاق هنرمندان               | مرضیه<br>۰۹۱۳۰۶۹۹۶۰۰    | بانوان           | روز های فرد                 | ۱۶:۰۰-۱۷:۰۰             | بانوان باران     | شهر بابک |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/ZsXuVG97toMVtXEXA">https://maps.app.goo.gl/ZsXuVG97toMVtXEXA</a>                                                                                                                                     | شهر بابک-میدان شهدا-مجتمع فرهنگی و هنری شهدا، اتاق آذربغ                 | سعید<br>۰۹۱۳۲۹۱۹۳۴۲     | آقایان           | روزهای زوج                  | ۱۸:۰۰-۱۹:۰۰             | نیروانا شهر بابک | شهر بابک |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/dbH4ibgNjMTfgkf9">https://maps.app.goo.gl/dbH4ibgNjMTfgkf9</a>                                                                                                                                       | شهر بابک-خیابان ولیعصر -ولیعصر ۷-حسینیہ شیرها                            | ستار<br>۰۹۱۳۵۱۴۳۲۵۳     | خانم ها و آقایان | یک شنبه-سه شنبه             | ۱۹:۰۰-۲۰:۱۵             | سعادت            | شهر بابک |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/ebR6iDA1ZsK3T1mZ6">https://maps.app.goo.gl/ebR6iDA1ZsK3T1mZ6</a>                                                                                                                                     | شهر بابک-میدان شریک آباد-خیابان عارف - عارف ۷ انتهای کوچه مسجد امام سجاد | سید جواد<br>۰۹۱۳۱۹۲۶۶۰۳ | خانم ها و آقایان | شنبه تا پنج شنبه            | ۲۱:۰۰-۲۰:۰۰             | طراوت            | شهر بابک |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/ZsXuVG97toMVtXEXA">https://maps.app.goo.gl/ZsXuVG97toMVtXEXA</a>                                                                                                                                     | شهر بابک-میدان شهدا-مجتمع فرهنگی و هنری شهدا، سالن آمفی تئاتر            | رضا<br>۰۹۱۳۳۹۲۵۸۸۹      | خانم ها و آقایان | شنبه تا پنج شنبه            | ۲۱:۰۰-۲۰:۰۰             | همدلان شهر بابک  | شهر بابک |
|                                                                                                                                                                                                                                       | مس سرچشمه-میدان ترانسپورت-جنب کارواش-نمازخانه راهور                      | عباس<br>۰۹۱۳۲۹۰۰۴۶۰     | مختلط            | همه روزه غیر از پنج شنبه ها | ۱۹:۳۰-۲۰:۳۰             | وحدت سرچشمه      | سرچشمه   |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/DKzVrU9CNsuxEbJw9">https://maps.app.goo.gl/DKzVrU9CNsuxEbJw9</a>                                                                                                                                     | انار-خیابان شریعتی شمالی - مسجد عاشقان کربلا                             | اصغر<br>۰۹۱۳۱۹۳۶۱۹۷     | مختلط            | هرروز هفته جمعه             | ۵:۳۰-۶:۳۰<br>۹:۰۰-۱۰:۰۰ | صبح ابان انار    | انار     |
|                                                                                                                                                                                                                                       | انار-خیابان شریعتی شمالی-هیئت عاشقان کربلا                               | زهرا<br>۰۹۱۳۶۳۴۳۱۱۷     | بانوان           | دوشنبه و چهارشنبه           | ۱۶:۰۰-۱۷:۰۰             | آرامش            | انار     |

|       |                       |                              |                                      |                     |                          |                                                                                                                   |
|-------|-----------------------|------------------------------|--------------------------------------|---------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| انار  | همدلان انار           | ۱۹:۰۰-۲۰:۰۰                  | شنبه تا پنجشنبه                      | آقایان              | مصطفی<br>۰۹۱۳۱۹۰۱۰۰۴     | انار-ده رئیس روبروی پارک شرکت تعاونی<br>روستایی جنب باشگاه کاراته                                                 |
| زرند  | صبح نشاط<br>زرند      | ۷:۰۰-۶:۰۰                    | شنبه تا پنج<br>شنبه                  | خانم ها و<br>آقایان | حبیب<br>۰۹۳۶۳۰۹۴۴۰۰      | زرند-خیابان چمران-قسمت پارکینگ سقاخانه<br>ابوالفضل                                                                |
| زرند  | ظهر همدلان<br>زرند    | ۱۵:۳۰-۱۴:۳۰                  | شنبه تا پنج<br>شنبه                  | آقایان              | محمد<br>۰۹۱۳۱۴۲۴۶۰۱      | زرند-خیابان چمران کوچه ۹-جنب پارکینگ<br>سقاخانه                                                                   |
| زرند  | رهایی بانوان<br>زرند  | ۱۵:۴۵-۱۶:۴۵                  | شنبه ها و<br>چهارشنبه ها             | بانوان              | مریم<br>۰۹۳۷۵۷۰۶۵۳۵      | زرند - میدان امام سجاد - سالن اجتماعات<br>سجادیه                                                                  |
| زرند  | اتحاد<br>زرند         | ۱۸:۱۵ - ۱۷:۰۰<br>۱۸:۳۰-۱۷:۰۰ | شنبه و دوشنبه<br>بقیه روزهای<br>هفته | خانم ها و<br>آقایان | مهدی<br>۰۹۱۳۲۹۷۲۲۵۱      | زرند - میدان امام سجاد - سالن اجتماعات<br>سجادیه                                                                  |
| زرند  | فانوس                 | ۱۹-۲۰:۱۵                     | همه روزه                             | آقایان              | ابراهیم<br>۰۹۱۳۹۰۱۷۲۸۰   | زرند-خیابان شهید عرب زاده-کوچه شماره<br>۱۹مرکز Dic                                                                |
| زرند  | بینش زرند             | ۱۹:۳۰-۲۰:۳۰                  | روزهای زوج                           | آقایان              | مسعود<br>۰۹۱۳۲۹۸۸۸۱۵     | زرند - دنبال مکان جدید                                                                                            |
| زرند  | هدف عباس<br>آباد زرند | ۱۷:۰۰-۱۸:۰۰                  | جمعه ها                              | آقایان              | حسین<br>۰۹۱۳۵۸۶۶۴۱۹      | عباس آباد- خیابان ۱۴معصوم - مدرسه شهید<br>شهرام فر                                                                |
| کهنوج | رهایی کهنوج           | ۱۹:۰۰-۲۰:۰۰                  | روزهای زوج                           | آقایان              | محمدعلی<br>۰۹۱۳۹۴۸۶۰۹۴   | کهنوج - ابتدای جاده فاریاب- پمپ برقی<br>سهراب شهریاری-مسجد ابوالفضل                                               |
| جیرفت | شهامت بانوان          | ۱۵:۰۰-۱۶:۳۰                  | شنبه تا پنج<br>شنبه                  | بانوان              | طاهره<br>۰۹۱۳۱۹۶۷۹۶۵     | جیرفت - میدان معلم - خیابان شهید فهمیده -<br>سمت راست- اولین درب باغی سفید رنگ                                    |
| جیرفت | صداقت جیرفت           | ۱۹:۳۰-۲۰:۴۵                  | همه روزه                             | خانم ها و<br>آقایان | آرش<br>۰۹۱۲۴۷۶۴۰۰۸       | جیرفت - میدان معلم به سمت چهار راه برق -به سمت<br>پمپ بنزین سیستمی -نیش سمت راست درب اول(منزل قدیم<br>آقای توکلی) |
| جیرفت | امید اسفندقه          | ۱۸:۰۰-۱۹:۰۰                  | روزهای فرد                           | خانم ها و<br>آقایان | محمد امین<br>۰۹۱۳۷۶۲۴۷۱۷ | جیرفت- اسفندقه روستای فردوس مدرسه<br>راهنمایی توحید                                                               |
| بم    | صبح نشاط بم           | ۷:۳۰-۸:۳۰<br>۸:۰۰-۹:۰۰       | روزهای فرد<br>جمعه ها                | خانم ها و<br>آقایان | علی<br>۰۹۱۲۸۹۳۹۲۸۵       | بم-بلوار بسطامی آخر بلوار بوستان مالیات داخل<br>نمازخانه                                                          |

|        |                       |                        |                         |                     |                      |                                                                                     |                                                                                                     |
|--------|-----------------------|------------------------|-------------------------|---------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| بم     | کوه شیر<br>دهبکری     | ۱۶:۰۰-۱۷:۰۰            | دوشنبه و<br>چهارشنبه    | خانم ها و<br>آقایان | اصغر<br>۰۹۹۰۱۲۷۰۱۱۷  | دهبکری-خیابان خلیج فارس نرسیده به<br>ابزارفروشی قاسمی کوچه ۲۲ جنب زیارت<br>ابوالفضل | <a href="https://maps.app.goo.gl/vm4neKbpxAomo7fN6">https://maps.app.goo.gl/vm4neKbpxAomo7fN6</a>   |
| بم     | شاد زیستن بم          | ۱۸:۰۰-۱۹:۲۰            | همه روزه                | خانم ها و<br>آقایان | محسن<br>۰۹۱۳۳۴۴۱۹۸۹  | بم-بلوار بسطامی آخر بلوار بوستان مالیات داخل<br>نمازخانه                            | <a href="https://maps.app.goo.gl/bHF3M3bvAZYLpxVBV6">https://maps.app.goo.gl/bHF3M3bvAZYLpxVBV6</a> |
| راین   | همدلان راین           | ۱۸:۰۰-۱۹:۳۰            | همه روزه                | خانم ها و<br>آقایان | رضا<br>۰۹۱۳۰۷۰۸۴۹۰   | راین-بلوار شهید حاج قاسم سلیمانی(جاده<br>جیرفت)-آرامستان راین حسینیة ثامن الحجج     | <a href="https://maps.app.goo.gl/pXKtAfDSbE7vSPVc6">https://maps.app.goo.gl/pXKtAfDSbE7vSPVc6</a>   |
| سیرجان | صبح سیرجان            | ۸:۰۰-۸:۴۵              | روزهای فرد              | خانم ها و<br>آقایان | محمد<br>۰۹۱۳۶۲۱۱۸۵۳  | سیرجان - چهارراه موحدی - کوچه اعلا - مسجد<br>قطبی - درب روبروی کافه                 | <a href="https://maps.app.goo.gl/NgsjgW9FED3U8zz9A">https://maps.app.goo.gl/NgsjgW9FED3U8zz9A</a>   |
| سیرجان | ظهر هشیاری<br>سیرجان  | ۱۳:۰۰-۱۴:۰۰            | هر روز هفته             | خانم ها و<br>آقایان | سامان<br>۰۹۱۳۲۴۵۶۲۶۴ | سیرجان - چهارراه موحدی - مسجد قطبی -<br>درب غربی-کوچه حاج رشید                      | <a href="https://maps.app.goo.gl/NgsjgW9FED3U8zz9A">https://maps.app.goo.gl/NgsjgW9FED3U8zz9A</a>   |
| سیرجان | امید سیرجان           | ۱۷:۰۰-۱۸:۰۰            | یکشنبه و سه<br>شنبه     | بانوان              | اعظم<br>۰۹۱۳۷۴۶۲۷۴۱  | سیرجان-بلوار دکنتر صادقی چهار راه موحدی -<br>مسجد قطبی داخل کوچه درب روبروی کارواش  | <a href="https://maps.app.goo.gl/NgsjgW9FED3U8zz9A">https://maps.app.goo.gl/NgsjgW9FED3U8zz9A</a>   |
| سیرجان | طلوع سیرجان           | ۲۱:۰۰-۲۲:۰۰            | همه روزه                | خانم ها و<br>آقایان | محمد<br>۹۹۱۳۸۱۶۲۳۳   | سیرجان - چهارراه موحدی - کوچه اعلا - مسجد<br>قطبی - درب روبروی کافه                 | <a href="https://maps.app.goo.gl/NgsjgW9FED3U8zz9A">https://maps.app.goo.gl/NgsjgW9FED3U8zz9A</a>   |
| سیرجان | امید هماشهر<br>سیرجان | ۱۹:۰۰-۲۰:۰۰            | روزهای زوج              | آقایان              | مهدی<br>۰۹۱۳۹۴۹۳۵۹   | سیرجان-۲۵ کیلومتری جاده کرمان-هماشهر<br>محلہ یحیی آباد حسینیة ابوالفضل              |                                                                                                     |
| راور   | صبح نشاط راور         | ۵:۴۵-۶:۴۵<br>۸:۰۰-۹:۰۰ | شنبه تا پنجشنبه<br>جمعه | خانم ها و<br>آقایان | رضا<br>۰۹۱۳۸۴۱۸۰۰۴   | راور-خیابان گلنار کوچه ۱۴-پایگاه شهید جعفری                                         |                                                                                                     |
| راور   | آرامش بانوان<br>راور  | ۱۷:۳۰-۱۸:۳۰            | روزهای زوج              | بانوان              | مریم<br>۰۹۱۳۹۵۴۹۷۲۹  | راور-ابتدای خیابان قدس-مدرسه نیایش                                                  | <a href="https://maps.app.goo.gl/cfirV8FDMkA39U7VA">https://maps.app.goo.gl/cfirV8FDMkA39U7VA</a>   |
| راور   | طلوع راور             | ۱۹:۳۰-۲۰:۴۵            | همه روزه                | آقایان              | رسول<br>۰۹۱۰۳۶۵۸۵۸۷  | راور-ابتدای خیابان قدس-مدرسه نیایش                                                  | <a href="https://maps.app.goo.gl/cfirV8FDMkA39U7VA">https://maps.app.goo.gl/cfirV8FDMkA39U7VA</a>   |
| صوغان  | راه نجات              | ۱۹:۰۰-۲۰:۰۰            | همه روزه                | خانم ها و<br>آقایان | امین<br>۰۹۱۳۸۵۱۹۶۳۷  | صوغان-علی آباد-مدرسه شهدا-سالن اجتماعات                                             | <a href="https://maps.app.goo.gl/vdhY1ToeASW8AJ9d8">https://maps.app.goo.gl/vdhY1ToeASW8AJ9d8</a>   |
| بافت   | همدلان بافت           | ۱۹:۰۰-۲۰:۰۰            | همه روزه                | خانم ها و<br>آقایان | پیام<br>۰۹۱۳۷۶۴۸۸۵۱  | بافت-طالقانی شرقی ۱۶-حسینیة بازار-                                                  | <a href="https://maps.app.goo.gl/mZPDqqHc1PeBrthV9">https://maps.app.goo.gl/mZPDqqHc1PeBrthV9</a>   |

|           |                     |                            |                       |                  |                        |                                                                                                              |                                                                                                                   |
|-----------|---------------------|----------------------------|-----------------------|------------------|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| شهاد      | ستارگان کویر        | ۲۱:۰۰-۲۰:۰۰                | روزهای زوج و پنج‌شنبه | خانم ها و آقایان | فاطمه<br>۰۹۱۳۶۶۷۳۳۱۱   | شهاد-روستای دولت آباد بوم گردی نخلستان کویر                                                                  | <a href="https://maps.app.goo.gl/y6iW3LZmBXNURhyj7?g_st=iw">https://maps.app.goo.gl/y6iW3LZmBXNURhyj7?g_st=iw</a> |
| زاهدان    | زاهدان A.A.         | ۱۸:۰۰-۱۹:۳۰                | شنبه تا پنج شنبه      | آقایان           | مهدی<br>۰۹۱۵۲۴۷۵۶۴۸    | زاهدان-بولوار مطهری-استادیم ۱۷شهریور-زیر سکو تماشاچیان                                                       |                                                                                                                   |
| ایران‌شهر | معجزه ایران‌شهر     | ۲۰:۰۰-۱۸:۳۰                | هر روزه               | خانم ها و آقایان | شهرام<br>۰۹۱۵۲۱۱۳۷۶۲   | ایران‌شهر-آرامگاه سید مهدی خیابان فردوسی ۴-خیابان معلم ۵                                                     |                                                                                                                   |
| میناب     | عشق و ایثار میناب   | ۲۰:۰۰-۱۹:۰۰                | دوشنبه ها             | آقایان           | محمد<br>۰۹۱۷۳۶۵۱۰۹۱    | هرمزگان -میناب-دهستان سرمست جنب درمانگاه-دبیرستان دکتر حسابی                                                 | <a href="https://maps.app.goo.gl/QwhkI3NenrDRKPtC8?g_st=am">https://maps.app.goo.gl/QwhkI3NenrDRKPtC8?g_st=am</a> |
| بندرعباس  | گلشهر بندرعباس      | ۷:۰۰-۶:۰۰                  | شنبه تا پنج شنبه      | آقایان           | علی<br>۰۹۱۷۱۶۷۳۲۹۲     | هرمزگان -بندرعباس-بلوار امام خمینی-گلشهر جنوبی-پشت پمپ بنزین بلال-اتاقک داخل زمین ورزشی                      | <a href="https://maps.app.goo.gl/tM2QmcnVPH5udk7h9">https://maps.app.goo.gl/tM2QmcnVPH5udk7h9</a>                 |
| بندرعباس  | صبح نشاط بندر عباس  | ۸:۳۰-۷:۳۰                  | شنبه تا پنج شنبه      | خانم ها و آقایان | محمد<br>۰۹۱۹۷۵۸۵۲۹۶    | هرمزگان -بندرعباس-میدان صادقیه به سمت خیابان طلوع-سمت چپ روبروی دکه پلیس کتابخانه احمد خمینی-پلاتو حبیب زاده | <a href="https://maps.app.goo.gl/kZWxhs7f2oRKewuw6?g_st=am">https://maps.app.goo.gl/kZWxhs7f2oRKewuw6?g_st=am</a> |
| بندرعباس  | بانوان مروارید جنوب | ۱۶:۳۰-۱۵:۳۰                | روزهای زوج            | بانوان           | آزاده<br>۰۹۱۷۳۶۹۲۵۱۳   | هرمزگان -بندرعباس-چهارراه خانه نان جنب پیتزا پرتقال ساختمان انیل طبقه ۲ واحد ۴                               |                                                                                                                   |
| بندرعباس  | فانوس بندر عباس     | ۲۰:۰۰-۱۸:۳۰<br>۲۱:۳۰-۲۰:۰۰ | دوشنبه سه شنبه-جمعه   | آقایان           | امید<br>۰۹۱۷۹۶۰۴۸۶۵    | هرمزگان -بندرعباس شهرک توحید-کنارمسجد نبی اکرم-نبوت ۵-پشت باشگاه فانوس                                       | <a href="https://maps.app.goo.gl/qXSiiYNhNgkWZh1T6?g_st=am">https://maps.app.goo.gl/qXSiiYNhNgkWZh1T6?g_st=am</a> |
| بندرعباس  | نشاط هنگویه         | ۲۰:۰۰-۱۹:۰۰                | پنج شنبه ها           | خانم ها و آقایان | علی<br>۰۹۱۷۷۶۸۸۴۵۷     | هرمزگان-شهرستان بستک شهر -هنگویه دنبال مکان جدید                                                             | <a href="https://maps.app.goo.gl/xy1GxJvhU8LULTRV8">https://maps.app.goo.gl/xy1GxJvhU8LULTRV8</a>                 |
| بندرعباس  | طلوع دوباره         | ۲۰:۳۰-۱۹:۳۰                | روزهای فرد            | آقایان           | عبدالله<br>۰۹۱۷۹۰۴۴۹۵۱ | هرمزگان-بندرعباس-بلوار شهید ناصر،خیابان وحدت علمی کاربردی بهزیستی،پشت مصلی                                   |                                                                                                                   |
| بندرعباس  | مشتاق بندرعباس      | ۲۰:۳۰-۱۹:۳۰                | شنبه تا پنج شنبه      | خانم ها و آقایان | مسلم<br>۰۹۱۷۱۵۸۳۱۳۷    | هرمزگان -بندرعباس-بلوار امام خمینی-گلشهر جنوبی-پشت پمپ بنزین بلال-اتاقک داخل زمین ورزشی                      | <a href="https://maps.app.goo.gl/tM2QmcnVPH5udk7h9">https://maps.app.goo.gl/tM2QmcnVPH5udk7h9</a>                 |
| بندرعباس  | همدلان بندرعباس     | ۲۱:۰۰-۲۰:۰۰                | یک شنبه و چهارشنبه    | خانم ها و آقایان | آزاده<br>۰۹۱۷۹۵۷۸۲۲۵   | هرمزگان-بندرعباس-شهرک توحید گوشه پارک شورا-درفضای باز                                                        | <a href="https://maps.app.goo.gl/hnaaEsC8SjZueDZY9?g_st=am">https://maps.app.goo.gl/hnaaEsC8SjZueDZY9?g_st=am</a> |

|                                                                                                                   |                                                                                            |                          |                  |                                          |                            |                        |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------------|------------------------------------------|----------------------------|------------------------|-----------|
| <a href="https://maps.app.goo.gl/tM2QmcnVPH5udk7h9">https://maps.app.goo.gl/tM2QmcnVPH5udk7h9</a>                 | هرمزگان - بندرعباس - بلوار امام خمینی - گلشهر جنوبی - پشت پمپ بنزین بلال - داخل زمین ورزشی | فاطمه<br>۰۹۰۲۱۵۳۹۱۹۶     | بانوان           | جمعه                                     | ۲۰:۰۰-۲۱:۰۰                | بانوان حس خوب          | بندرعباس  |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/wQ9LCLumpu2ykPYT9?g_st=iw">https://maps.app.goo.gl/wQ9LCLumpu2ykPYT9?g_st=iw</a> | هرمزگان - حاجی آباد - جنب شهرداری داخل پلیس راه قدیم                                       | اسی<br>۰۹۱۷۱۶۹۸۱۳۲       | خانم ها و آقایان | روزهای فرد                               | ۲۱:۰۰-۲۲:۰۰                | هوشیاران               | حاجی آباد |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/Z7FEejmYWVSmrZJL6">https://maps.app.goo.gl/Z7FEejmYWVSmrZJL6</a>                 | بندر لنگه - محله بحرینی - خیابان امام - جنب فروشگاه افق کوروش                              | عبداللطیف<br>۰۹۳۶۸۴۷۹۶۲۴ | خانم ها و آقایان | جمعه -<br>دوشنبه -<br>چهارشنبه           | ۲۱:۰۰-۲۲:۰۰                | ساحل نجات<br>بندر لنگه | بندر لنگه |
|                                                                                                                   | چابهار - لب ساحل دریای بزرگ                                                                | امید<br>۰۹۱۵۵۴۶۱۳۳۷      | خانم ها و آقایان | هر روز                                   | ۲۰:۰۰-۲۱:۰۰                | چابهار                 | چابهار    |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/7MV9pYRXosGGG3nB6">https://maps.app.goo.gl/7MV9pYRXosGGG3nB6</a>                 | جزیره کیش، میدان ساحل، جنب هتل شایان و جنب ایستگاه تله کابین، اسکله تفریحی، داخل نمازخانه  | علیرضا<br>۰۹۳۴۷۶۸۸۲۴۵    | آقایان           | شنبه -<br>دوشنبه -<br>چهارشنبه -<br>جمعه | ۲۱-۲۲:۳۰                   | پیام امید کیش          | کیش       |
| <a href="https://maps.app.goo.gl/tNGDV9i1AbPKuC2w5?g_st=am">https://maps.app.goo.gl/tNGDV9i1AbPKuC2w5?g_st=am</a> | جاده ساحلی - پارک زیتون - پارک آفتاب ۱ - نمازخانه                                          | مانی<br>۰۹۱۲۷۶۹۷۵۰۶      | مختلط            | شنبه تا پنج<br>شنبه<br>جمعه              | ۲۰:۰۰-۲۱:۳۰<br>۱۹:۰۰-۲۱:۳۰ | آزادی قشم              | قشم       |

## جلسات آنلاین

| ردیف | نام گروه                  | ساعت برگزاری | روز جلسه      | توضیحات          | نماینده              | لینک ورود به جلسه                                  | لوکیشن |
|------|---------------------------|--------------|---------------|------------------|----------------------|----------------------------------------------------|--------|
| ۱    | آنلاین کریمان             | ۲۱:۰۰        | جمعه و دوشنبه | خانم ها و آقایان | محمد<br>۰۹۱۳۱۹۹۰۰۳۲  | نرم افزار Zoom<br>ID:9139380073<br>Passcode:AA1935 |        |
| ۲    | آنلاین بانوان استان کرمان | ۸:۳۰-۷:۳۰    | روزهای زوج    | بانوان           | فاطمه<br>۰۹۱۳۶۷۹۳۰۵۲ | نرم افزار Zoom<br>ID:9139380073<br>Passcode:AA1935 |        |
| ۳    | آنلاین بانوان استان کرمان | ۸:۳۰-۷:۳۰    | روزهای زوج    | بانوان           | فاطمه<br>۰۹۱۳۶۷۹۳۰۵۲ | نرم افزار Zoom<br>ID:9139380073<br>Passcode:AA1935 |        |

|   |                |             |          |                  |                     |                                                                                                                                                                     |
|---|----------------|-------------|----------|------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ۴ | آنلاین طراوت   | ۱۱-۳۰:۱۰:۰۰ | جمعه ها  | خانم ها و آقایان | ستار<br>۰۹۱۳۵۱۴۳۲۵۳ | نرم افزار Zoom<br>ID:9139380073<br>Passcode:AA1935                                                                                                                  |
| ۵ | آنلاین آنتالیا | ۰۸:۳۰-۰۰    | همه روزه | خانم ها و آقایان | معین<br>۰۹۱۳۰۹۹۸۷۲۴ | نرم افزار Zoom<br>ID:6322826458<br>Passcode:AA                                                                                                                      |
| ۶ | کلبه دوستی     | ۲۱:۰۰       | همه روزه | خانم ها و آقایان | رضا<br>۰۹۱۲۴۰۹۲۵۴۸  | <a href="https://us06web.zoom.us/j/85426256745?pwd=VWk7zyoCuKkJeydOXso6W0uY497vzn.1">https://us06web.zoom.us/j/85426256745?pwd=VWk7zyoCuKkJeydOXso6W0uY497vzn.1</a> |

## وعده های دوازده گانه الکی های گمنام

در صورتیکه در این مرحله از پیشرفت خود از تحمل رنج و زحمت ابا نکنیم ، قبل از رسیدن به نیمه راه مبهوت خواهیم شد

۱ - ما با احساس آزادی و خوشحالی تازه ای آشنا خواهیم شد .m

۲ - از گذشته خود پشیمان نخواهیم بود و آرزوی فراموش کردنش را هم نخواهیم کرد.

۳- مفهوم آرامش را درک و صلح را خواهیم شناخت .

۴ - هر قدر هم که به قعر رفته باشیم به دنبال راهی خواهیم گشت که چگونه دیگران از تجربه ی

ما بهره مند شوند.

۵- احساس بی ثمری و افسوس به حال خود ناپدید خواهد شد .

۶- علایق خودخواهانه را از دست خواهیم داد.

۷- به مسائل مربوط به همنوعانمان علاقه مند خواهیم شد.

۸- خودبینی تحلیل خواهد رفت .

۹- چشم انداز و نگرش ما به زندگی به کلی تغییر خواهد کرد.

۱۰- ترس از مردم و امنیت اقتصادی از میان خواهد رفت .

۱۱ - بینش حل و فصل موقعیتهایی که قبلاً گیجمان میکردند را پیدا خواهیم کرد .

۱۲- ناگهان متوجه خواهیم شد که خداوند کاری دارد انجام میدهد که ما قادر به انجامش نبودیم.

آیا اینها وعده های گزافی هستند؟ به نظر ما نه. آنها در مورد ما در حال تحقق یافتن هستند گاه به سرعت و گاه به آهستگی چنانچه برای به دست آوردنشان به خود زحمت دهیم آنها همیشه به وقوع خواهند پیوست.

## آیا A.A. برای شماست؟

۱ - آیا تاکنون تصمیم گرفته اید که برای یک هفته یا بیشتر نوشیدن را متوقف کنید اما تصمیم شما فقط یکی دو روز دوام آورده باشد؟ ☐ بله ☐ خیر

۲ - آیا آرزو میکنید که دیگران در رابطه با مشروب خواری تان سرشان به کار خودشان باشد و از گفتن این که چه کار کنید دست بردارند؟ ☐ بله ☐ خیر

۳- آیا تا به حال از یک نوع مشروب به نوعی دیگر روی آورده اید، به این امید که این یکی شمارا مست نکند؟ ☐ بله ☐ خیر

۴ - آیا طی سال گذشته هنگام بیدار شدن نیاز به نوشیدن مشروب صبحگاهی داشته اید؟ ☐ بله ☐ خیر

۵ - آیا به افرادی که بدون دردسر مشروب مینوشند غبطه میخورید؟ ☐ بله ☐ خیر

۶ - آیا در رابطه با مشروب خواری طی سال گذشته مشکلاتی داشته اید؟ ☐ بله ☐ خیر

۷ - آیا مشروب خواری شما باعث مشکلاتی در منزل شده است؟ ☐ بله ☐ خیر

۸- آیا شما همیشه در میهمانی برای به دست آوردن مشروب «بیشتر» تلاش میکنید چون به اندازه کافی گیرتان نمی آید؟ ☐ بله ☐ خیر

۹ - آیا به خودتان میگویید که هر وقت بخواهی میتوانی مشروب خواری را متوقف کنی با وجود آنکه همچنان بدون اینکه بخواهی مست میکنی؟ ☐ بله ☐ خیر

۱۰ - آیا به خاطر مشروب خواری روزهای کاری یا درسی خود را از دست داده اید؟ ☐ بله ☐ خیر

۱۱ - آیا سیاه مست میشوید؟

بله ☐ خیر ☐

۱۲ - آیا تاکنون احساس کرده اید که اگر مشروب نمیخوردید زندگیتان بهتر بود؟

بله ☐

خیر ☐

**امتیاز شما چند است؟**

آیا چهار بار یا بیشتر پاسخ مثبت داده اید؟ اگر چنین است احتمالاً شما با الکل مشکل دارید چرا این را میگوییم؟ چون هزاران نفر طی سالها در AA این را گفته اند. آنها با تحمل سختیهای زیادی حقایق مربوط به خود را شناخته اند.

**آیا A.A. برای شماست؟**

تنها شما میتوانید تصمیم بگیرید که آیا میخواهید AA را امتحان کنید یا خیر - که آیا به نظرتان می تواند به شما کمک کند.

ما اعضای AA اینجا هستیم چون ،سرانجام تلاش برای کنترل مشروب خواری را رها کردیم. ما هنوز از پذیرش اینکه نمیتوانستیم هرگز بدون خطر مشروب بخوریم متنفر بودیم سپس از سایر اعضای

AA شنیدیم که ما بیمار بوده ایم.(ما سالها این گونه فکر میکردیم!) پی بردیم که بسیاری از افراد از همان احساسات گناه، تنهایی و ناامیدی که ما تجربه کردیم در رنج بودند دریافتیم که چون دچار بیماری الکلیسم بودیم این احساسات را داشتیم.

ما تصمیم گرفتیم تلاش خود را در روبرو شدن با آنچه که الکل بر سر ما آورده بود انجام دهیم. این بعضی از سؤالاتی است که صادقانه پاسخ دادیم اگر چهار مرتبه یا بیشتر پاسخمان «آری» بود بدین معنی بود که عمیقاً با مشروب خواری مشکل داشتیم بین برای تو چگونه است. به خاطر داشته باش هیچ ناراحتی در رویارویی با این حقیقت که مشکل داری وجود ندارد.

**امتیاز شما چند است؟**

آیا چهار بار یا بیشتر پاسخ مثبت داده اید؟ اگر چنین است احتمالاً شما با الکل مشکل دارید. چرا این را میگوییم؟ چون هزاران نفر طی سالها در AA این را گفته اند. آنها با تحمل سختی های زیادی حقایق مربوط به خود را شناخته اند. اما بازهم فقط شما میتوانید تصمیم بگیرید که آیا

AA برای شما مناسب است یا خیر. بافکری باز به این موضوع بپردازید. اگر پاسخ مثبت است خوشحال خواهیم شد که به شما نشان دهیم که چگونه ما دست از نوشیدن مشروبات الکلی برداشتیم فقط با ما تماس بگیرید. الکلی های گمنام قول نمیدهد که مشکلات زندگی شما را رفع کند؛ اما میتوانیم به شما نشان دهیم که چگونه زندگی بدون الکل را یک روز به یک روز تجربه میکنید از اولین نوشیدنی دوری کنیم اگر اولی در کار نباشد دومی هم نمیتواند باشد و زمانی که از شر الکل رها شدیم دریافتیم که زندگیمان خیلی قابل اداره تر شده بود.

## انجمن الکلی های گمنام ایران A.A.

آیا با نوشیدن الکل مشکل دارید؟

ما میتوانیم به شما نشان دهیم که با کمک A.A. چگونه زندگی بدون الکل را تجربه کنید

تنها لازمه عضویت تمایل به ترک نوشیدن الکل است. در الکلی های گمنام حق عضویت و شهریه ای وجود ندارد



| بانوان      | آقایان      | نواحی ۱۹ گانه کنفرانس خدمات عمومی                                                                      |
|-------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ۰۹۱۹۴۷۰۰۷۱۱ | ۰۹۱۹۹۱۷۹۵۱۹ | شماره ماندگار روابط عمومی کنفرانس خدمات عمومی                                                          |
|             | ۰۹۳۹۵۲۶۲۳۶۹ | ناحیه ۱ (مشهد)                                                                                         |
| ۰۹۱۳۸۲۹۱۸۲۰ | ۰۹۱۳۶۵۵۴۴۲۶ | ناحیه ۲ (اصفهان)                                                                                       |
| ۰۹۳۶۵۸۲۴۳۶۳ | ۰۹۳۵۰۷۸۳۶۴۶ | ناحیه ۳ (تهران)                                                                                        |
| ۰۹۳۸۷۱۶۳۳۴۵ | ۰۹۰۱۰۹۸۵۰۰۹ | ناحیه ۴ (رشت)                                                                                          |
|             | ۰۹۱۳۲۴۱۶۳۳۸ | ناحیه ۵ (کرمان، سیستان و بلوچستان، هرمزگان، مرکزیت کرمان)                                              |
|             | ۰۳۴۳۲۷۳۶۹۹۴ | آدرس دفتر محلی کرمان، بلوار جهاد، نبش کوچه شماره ۲۵، طبقه منفی یک ساختمان سرو ۰۹۱۳۵۱۱۱۳۳۸              |
|             | ۰۹۱۹۲۶۰۵۵۹۷ | ناحیه ۶ (فارس، بوشهر، کهکیلویروبویراحمد- مرکزیت شیراز)                                                 |
| ۰۹۹۲۴۰۰۱۲۴۶ | ۰۹۳۳۰۲۱۲۰۱۰ | ناحیه ۷ (البرز، قزوین، قم - مرکزیت کرج)                                                                |
| ۰۹۳۸۶۰۰۱۹۱۶ | ۰۹۱۶۵۰۲۷۰۴۶ | ناحیه ۸ (خوزستان)                                                                                      |
| ۰۹۹۳۳۰۳۳۰۵۴ | ۰۹۱۱۴۲۴۹۰۱۱ | ناحیه ۹ (گرگان)                                                                                        |
|             | ۰۹۱۸۵۶۹۲۳۸۹ | ناحیه ۱۰ (کرمانشاه)                                                                                    |
|             | ۰۹۱۸۲۷۷۳۲۰۰ | ناحیه ۱۱ (کردستان)                                                                                     |
|             | ۰۹۱۳۵۹۳۲۱۷۱ | ناحیه ۱۲ (چهار محال بختیاری)                                                                           |
|             | ۰۹۲۱۵۴۸۵۰۵۱ | ناحیه ۱۳ (آذربایجان غربی و شرقی، زنجان)                                                                |
|             | ۰۹۱۳۷۴۹۶۹۰۵ | ناحیه ۱۴ (نجف آباد)                                                                                    |
|             | ۰۹۱۹۹۵۷۶۳۹۵ | ناحیه ۱۵ تهران (شمال، شمیرانات) دفتر محلی: پونک، بلوار عدل جنوبی، مرکز همایش های تهران، طبقه دوم اداری |
| ۰۹۰۳۴۶۱۸۳۶۴ | ۰۹۳۸۵۲۰۸۹۹۰ | ناحیه ۱۶ (مازنداران)                                                                                   |
|             | ۰۹۹۳۶۴۹۱۵۵۰ | ناحیه ۱۷ (یزد)                                                                                         |

من مسئولم .... هر زمان هر کسی در هر جا یاری و کمک خواست می‌خواهم که دست A.A.

همواره در آنجا حاضر و آماده باشد. و برای این هدف : من مسئول هستم

## "بیانیه ی وحدت"

این چیزی است که به آینده ی A.A. می‌یونیم : که رفاه مشترکمان را در راس قرار دهیم ، که انجمنمان را متحد و یکپارچه حفظ کنیم ، چرا که حیات ما و کسانی که در آینده به ما می‌پیوندند به وحدت الکلی های گمنام بستگی دارد.

### من مسئولم

در هر زمان ، هر کسی در هر کجا ، یاری و کمک خواست ، می‌خواهم دست کمک الکلی های گمنام همواره در آنجا حاضر و آماده باشد

و برای این مقصود من مسئول هستم



آدرس دفتر خدمات عمومی ایران :

تهران ، خیابان ایرانشهر شمالی ، نبش خیابان بهشهر ، پلاک ۱۴۵ ، طبقه اول ، واحد ۵