



# انجمن الکلی های گمنام ایران

آدرس جلسات حضوری A.A ناحیه ۴

تاریخ به روز رسانی: ویژه اردیبهشت ماه ۱۴۰۵

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.

تلفن ماندگار آدرس جلسات گیلان: ۰۹۳۶۲۷۴۰۶۱۶

کمیته روابط عمومی و اطلاع رسانی ناحیه چهار خدماتی: ۰۹۰۱۰۹۸۵۰۰۹

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 میباشند 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.

استان گیلان

ردیف	نام گروه	ساعت برگزاری	روز جلسه	توضیحات	نماینده	آدرس	لوکیشن
۱	گروه صبح امید	۷ الی ۸	هر روز هفت به جز جمعه	-	خط ماندگار ۰۹۳۳۰۳۵۰۷۷۶	رشت یخسازی - بسمت جهاد - مسجد صاحب الزمان پاسکیاب	<a href="https://nshn.ir/sbWN DhVBdxjq">https://nshn.ir/sbWN DhVBdxjq</a>
۲	گروه صبح رودباری	۷:۳۰ الی ۸:۳۰	هر روز هفت به جز جمعه	-	خط ماندگار ۰۹۹۲۷۴۱۰۲۳۱	رشت رودباری - مسجد الهادی	<a href="https://nshn.ir/7bWq hvYBJ2gs">https://nshn.ir/7bWq hvYBJ2gs</a>
۳	گروه اتحاد، بهبودی، خدمت	۱۹:۳۰ الی ۲۱	هر روز هفته	-	خط ماندگار ۰۹۳۶۲۸۵۵۴۹۷	رشت شهرک آرامش (معلولین سابق) کوچه جانباز حسینیة ابوالفضل (ع)	<a href="https://nshn.ir/QbWwAdeBd416">https://nshn.ir/QbWwAdeBd416</a>
۴							
۵	گروه ایمان انزلی	۱۹ الی ۲۰:۳۰	روزهای زوج و پنج شنبه	-	خط ماندگار ۰۹۳۹۳۳۴۲۳۲۱	انزلی بلوار پاسداران - نمازخانه پارک بادی	<a href="https://nshn.ir/2bLLE 0vB5X8">https://nshn.ir/2bLLE 0vB5X8</a>
۶	گروه آرامش بانوان	۱۳ الی ۱۴:۳۰	دوشنبه/چهار شنبه	بانوان	خط ماندگار متین/سحر ۰۹۹۰۹۸۲۰۵۸۹	رشت چهارراه پرستار - بهزیستی	<a href="https://nshn.ir/c3sbW qxdIBJyTx">https://nshn.ir/c3sbW qxdIBJyTx</a>
۷	گروه امید عصر بانوان	۱۶ الی ۱۷:۳۰	یکشنبه	بانوان	خط ماندگار زهرا ۰۹۹۳۹۷۵۸۷۷۱	رشت منظریه - پارک بانوان منظریه	<a href="https://nshn.ir/21rbW w-MYBJ0sV">https://nshn.ir/21rbW w-MYBJ0sV</a>
۸	گروه آسایش	۱۹:۳۰ الی ۲۱	هر روز هفته	-	علی ۰۹۹۶۴۱۶۸۲۹۰ مصطفی ۰۹۱۱۸۳۷۲۷۷۰	رشت - جاده جیرده - آسایش ۷ - دمتری عبادی نبش کوچه ۲	<a href="https://nshn.ir/QbW0 umpBdtzO">https://nshn.ir/QbW0 umpBdtzO</a>

<a href="https://nshn.ir/rbWRIhQBDPdA">https://nshn.ir/rbWRIhQBDPdA</a>	لنگرود - پشت بنیاد شهید - بقعه مبارکه	ناصر ۰۹۱۱۶۱۸۴۶۹۶ نیما ۰۹۱۰۹۸۴۲۸۷۸	-	شنبه - سه شنبه - پنج شنبه	۱۹:۳۰ الی ۲۱	گروه امید لنگرود	9
<a href="https://nshn.ir/QbWwAdeBd416">https://nshn.ir/QbWwAdeBd416</a>	رشت شهرک آرامش (معلولین سابق) - کوچه جانباز - حسینیه ابوالفضل	مهرداد ۰۹۰۱۹۲۴۳۷۸۸ علی ۰۹۰۲۹۸۷۲۲۳۳	-	صبح جمعه	۱۱:۰۰ الی ۱۲:۳۰	گروه صبح جمعه معلولین	10
<a href="https://balad.ir/location?latitude=37.128254&amp;longitude=50.263063&amp;zoom=16.500000">https://balad.ir/location?latitude=37.128254&amp;longitude=50.263063&amp;zoom=16.500000</a>	رودسر/روستای کلکاکسرا/جنب مسجد	محمد ۰۹۱۱۳۴۳۳۵۴۵ محمد ۰۹۱۲۶۹۱۱۵۹۶	-	دوشنبه جمعه	۱۹:۳۰ الی ۲۱:۰۰	عشق وامید کلکاکسرا	11
<a href="https://nshn.ir/54sbW6eUYBJtp4">https://nshn.ir/54sbW6eUYBJtp4</a>	رشت - پارک ملت - نمازخانه شیشه ای	جعفر ۰۹۱۱۶۱۷۸۱۹۱ حمید ۰۹۰۲۹۱۷۳۲۱۵	-	هر روز هفته	۱۹ الی ۲۰:۳۰	گروه بوستان ملت	12
<a href="https://nshn.ir/ebrbW3oSIBduJ3">https://nshn.ir/ebrbW3oSIBduJ3</a>	رشت - شهریاران - داخل نمازخانه پارک مفاخر -	خط ماندگار ۰۹۹۳۹۹۴۸۸۵۴	-	هر روز هفته	۲۱ الی ۲۲:۳۰	گروه پارک مفاخر	13
<a href="https://nshn.ir/QbW3s8IBdLvX">https://nshn.ir/QbW3s8IBdLvX</a>	رشت - یخسازي - پارک دانشجو - نمازخانه	خط ماندگار ۰۹۹۱۸۲۸۹۱۴۰	-	هر روز هفته	۱۹ الی ۲۰:۳۰	گروه عصر دانشجو	14
<a href="https://nshn.ir/32rbW6Aw0BJch1">https://nshn.ir/32rbW6Aw0BJch1</a>	رشت - کمربندی قلی پور - خ بعصت - مسجد امام حسین	خط ماندگار ۰۹۹۶۰۸۴۶۳۵۳	-	هر روز هفته به جز جمعه	۱۴ الی ۱۵:۳۰	گروه ظهر سفالی	۱۵
<a href="https://nshn.ir/rbWqhJIBJ2oF">https://nshn.ir/rbWqhJIBJ2oF</a>	رشت - رودباری - مسجد الهادی	خط ماندگار ۰۹۰۳۴۰۶۸۱۳۱	-	هر روز هفته	۲۱:۳۰ الی ۲۰:۰۰	گروه نجات یافتگان	۱۶

<a href="https://nshn.ir/2bWlVl_BdUsq">https://nshn.ir/2bWlVl_BdUsq</a>	انزلی/پارک ساحلی پاسداران/نمازخانه	خط ماندگار سارا/سمیرا ۰۹۰۳۷۲۸۱۲۱۵	-	سه شنبه جمعه	۱۸:۳۰ الی ۲۰	مختلط خزر	۱۷
<a href="https://nshn.ir/rbL8rKWBFgUe">https://nshn.ir/rbL8rKWBFgUe</a>	رشت پیربازار - نوخاله اکبری - کوچه مخابرات - مغازه اکبرزاده	سعید ۰۹۱۱۷۵۶۷۴۸۸ نیما ۰۹۱۱۱۴۸۵۳۷۲	-	هر روز هفته	۲۱:۰۰ الی ۲۰:۰۰	گروه رویش	۱۸
<a href="https://nshn.ir/c8vbW3YePBV_Hz">https://nshn.ir/c8vbW3YePBV_Hz</a>	رشت - پل عراق - داخل گاراژ رشت - سنگر	رامین ۰۹۳۹۰۵۴۲۵۷۶ مهران ۰۹۳۳۷۶۵۸۹۸۹	-	هر روز هفته	۲۰:۳۰ الی ۱۹	گروه راه نجات	۱۹
<a href="https://nshn.ir/QbWRmaPBBOGp">https://nshn.ir/QbWRmaPBBOGp</a>	شفت - باشگاه تختی	سجاد ۰۹۹۲۵۱۰۹۵۳۷ حمید ۰۹۱۱۹۴۰۵۰۵۲	-	روزهای زوج و یکشنبه /پنج شنبه ها	۲۰:۳۰ الی ۱۹	گروه وحدت شفت	۲۰
<a href="https://nshn.ir/2bWK1D2B5JYC">https://nshn.ir/2bWK1D2B5JYC</a>	جمعه بازار - ماتک بالا - جنب مغازه جعفرنژاد	حسن ۰۹۱۱۵۴۴۷۲۶۰ امیر ۰۹۰۱۱۰۲۵۹۶۱	-	روزهای فرد	۲۱:۳۰ الی ۲۰:۰۰	گروه راه نجات ماتک	۲۱
<a href="https://neshan.org/maps/share/bQDexWxVXqp">https://neshan.org/maps/share/bQDexWxVXqp</a>	رشت - چهارراه نجفی	مصطفی ۰۹۱۱۹۳۶۲۸۱۰ سامان ۰۹۰۵۷۸۱۵۳۷۸	-	هر روز هفته	۲۱:۳۰ الی ۲۰	گروه مسیر بهبودی	۲۲
<a href="https://nshn.ir/54rbW6eUPBJtPJ">https://nshn.ir/54rbW6eUPBJtPJ</a>	رشت - پارک ملت - داخل نمازخانه شیشه ای	فرزاد ۰۹۳۷۷۸۹۳۳۹۶ علی ۰۹۰۳۹۴۰۸۳۰۱	-	جمعه ها	۱۱:۳۰ الی ۱۰	گروه وحدت صبح ملت	۲۳

<a href="https://nshn.ir/QbW3rNQbDLr_a">https://nshn.ir/QbW3rNQbDLr_a</a>	رشت - پارک دانشجو - نمازخانه	پژمان ۰۹۳۸۲۱۵۰۶۰۰ مصطفی ۰۹۱۱۸۳۶۵۱۷۳	-	جمعه ها	۱۱:۳۰ الی ۱۰	گروه همبستگی	۲۴
<a href="https://nshn.ir/c3sbW_qxdIBJyTx">https://nshn.ir/c3sbW_qxdIBJyTx</a>	رشت / چهارراه پرستار / اداره بهزیستی	ولی ۰۹۳۷۴۲۵۹۵۲۵ امیرحسین ۰۹۱۱۸۰۹۰۵۳۲	مختلط	سه شنبه ها	۱۴:۳۰ الی ۱۳	مختلط رهایی رشت	۲۵
<a href="https://nshn.ir/7bWZHaPxhRs_B">https://nshn.ir/7bWZHaPxhRs_B</a>	چابکسر پلاژ گل سرخ - محل نمازخانه	علی ۰۹۱۲۹۴۵۲۴۹۴ علی البدل عباس ۰۹۱۱۶۶۰۵۴۸۰	مختلط	شنبه / دوشنبه	۲۰:۳۰ الی ۱۹	گروه چابکسر مختلط	۲۶
<a href="https://nshn.ir/sbWwAGpBd4_vz">https://nshn.ir/sbWwAGpBd4_vz</a>	رشت - معلولین - کوچه جانباز - پایگاه معلولین	سعید ۰۹۳۶۱۴۹۷۵۱۵ شایان ۰۹۳۰۱۰۶۵۵۰۲	-	روزهای فرد	۱۳:۳۰ الی ۱۴:۳۰	گروه ظهر رهایی معلولین	۲۷
<a href="https://nshn.ir/rbkGBWmbr">https://nshn.ir/rbkGBWmbr</a>	فومن - بلوار کاشانی - جنب مدرسه شهید حاجتی	ادریس ۰۹۰۳۴۲۷۹۵۸۵	-	روزهای زوج	۲۰:۳۰ الی ۱۹	گروه رهایی فومن	۲۸
<a href="https://nshn.ir/2b WlVl_BdUsq">https://nshn.ir/2b WlVl_BdUsq</a>	انزلی / پارک ساحلی پاسداران / داخل نمازخانه	تارا ۰۹۹۰۱۶۱۵۰۸۷ الناز ۰۹۱۱۱۳۴۹۹۰۹	بانوان	یکشنبه / پنجشنبه	۱۷:۰۰ الی ۱۵:۳۰	گروه بانوان خزر	۲۹
<a href="https://nshn.ir/3a7bfmVtQxZS_Mi">https://nshn.ir/3a7bfmVtQxZS_Mi</a>	رامسر - فرودگاه - کوچه غفاری (البسکو) - مدرسه شهید طالقانی	جواد ۰۹۱۱۱۹۶۱۰۴۳ جواد ۰۹۱۱۴۵۸۵۵۰۷	مختلط	روزهای فرد	۱۹:۳۰ الی ۱۸	گروه رامسر AA	۳۰

<a href="https://balad.ir/location?latitude=37.128254&amp;longitude=50.263063&amp;zoom=16.500000">https://balad.ir/location?latitude=37.128254&amp;longitude=50.263063&amp;zoom=16.500000</a>	رودسر / نماز خانه پارک مسافر	مهرداد ۰۹۱۲۶۵۸۳۳۹۰ یاسر ۰۹۱۱۲۴۲۹۰۸۲		یکشنبه سه شنبه پنجشنبه	۲۰:۳۰ الی ۲۱:۳۰	نجات رودسر	۳۱
	جاده پیربازار / نرسیده به تخته پل جنب افق کوروش / کوچه مرسا	رضا ۰۹۱۱۶۲۱۶۱۳۷ احمد ۰۹۳۶۳۰۴۹۱۳۷		هرروز هفته	۱۹:۰۰ الی ۲۰:۳۰	همدلان	۳۲
<a href="https://event.alocom.co/class/mohktaletmogajeraa/fb605ece">https://event.alocom.co/class/mohktaletmogajeraa/fb605ece</a>		رشید / مجید (خط ماندگاد) ۰۹۱۱۹۳۴۲۸۹۴	آنلاین	شنبه / دوشنبه چهارشنبه	20:00 الی ۲۱:۳۰	مختلط مهاجر آنلاین	۳۳

## 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 .

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- علائق خودخواهانه را از دست خواهیم داد.

۷- به مسائل مربوط به هموعانمان 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 گزارفی 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 اینجاییم 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 ببین 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. الکی 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 الکی 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



بانون	آفایان	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 ، بلوارجهاد، نبش کوچه شماره ۲۵ ، طبقه منفی یک ساختمان سرو ۰۹۱۳۵۱۱۱۳۳۸
	۰۹۱۹۲۶۰۵۵۹۷	ناحیه ۶ (فارس ، بوشهر ، کهکیلویروبویراحمده - 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)
	۰۹۱۶۷۱۲۱۵۱۰	ناحیه ۱۸ (لرستان)
	۰۹۹۲۳۵۰۸۶۴۶	ناحیه ۱۹ (ایلام)

**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"**

