



# انجمن الکلی های گمنام ایران

آدرس جلسات حضوری A.A ناحیه ۶ فارس و بوشهر

تاریخ به روز رسانی: ویژه خرداد ماه ۱۴۰۴

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 روابط عمومی ناحیه ۶: ۰۹۱۹۲۶۰۵۵۹۷

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 لازمه‌ی عضویت تمایل به توقف نوشیدن الكل است. در الكلی های گمنام حق عضویت و شهریه‌ای وجود ندارد ما از طریق اعانت خودمان خودکفا هستیم.

\* الكلی های گمنام با هیچ فرقه ، مذهب سیاست سازمان یا موسسه‌ای پیوستگی ندارد و مایل به موضع گیری در بحث‌ها و مشاجرات نیست و هیچ جنبشی را رد یا تأیید نمی‌کند.

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

# الکلیسم چیست؟

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

عقیده‌ی انجمن الکلی‌های گمنام این است که الکلی‌ها بیمارانی هستند که اگر یک برنامه ساده که موفقیت آن اثبات شده است را دنبال کنند میتوانند بهبود یابند برنامه‌ای که در مورد بیش از دو میلیون مرد و زن موفقیت آمیز بوده است.

## دوازده قدم الکلی‌های گمنام چیست؟

قدمهای دوازده گانه الکلی‌های 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 الکلی‌های گمنام چیست؟

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

## دوازده مفهوم الکلی‌های 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 الکلی‌های گمنام در برابر کسانی که به آنها خدمت میکنند همواره پاسخگو و مسئول باقی بماند.

## جلسات فسارود، تیزآب، خسویه، زیرآب، داراب، دبیران، پاسخن، شهرپیر، حاجی آباد

ردیف	نام گروه	ساعت برگزاری	روز جلسه	توضیحات	نماینده	آدرس	لوكيشن
۱	گروه عصر معجزه فسارود	۲۰:۳۰ الی ۱۹:۰۰	هر شب	آقایان	مهردی ۰۹۱۷۷۳۲۹۷۷۰ مرتضی ۰۹۳۷۰۴۶۴۵۹۵	فارس، داراب، بخش فسارود، روستای حسین آباد، جنب تعویض روغنی اکبری	<a href="https://maps.app.goo.gl/XFN5rXxu3T82vYFK8">https://maps.app.goo.gl/XFN5rXxu3T82vYFK8</a>
۲	گروه عشق و امید پاسخن	۲۱:۰۰ الی ۲۰:۰۰	هر شب	آقایان	سعید ۰۹۳۹۸۵۹۷۷۳۴ معین ۰۹۳۳۶۶۲۵۵۰۵	شهرستان داراب ، شهر پاسخن روبروی پمپ بنزین کشاورز، مسجد، اتاق آبدارخانه مسجد	<a href="https://maps.app.goo.gl/hFQMw5W9vT7Jk4ru">https://maps.app.goo.gl/hFQMw5W9vT7Jk4ru</a>
۳	گروه ب وحدت خسویه	۲۰:۳۰ الی ۱۹:۳۰	روز های زوج	آقایان	مهرداد ۰۹۱۷۸۳۱۴۵۱۶ هاشم ۰۹۹۰۶۷۲۰۷۴۵	فارس شهرستان زرین دشت شهر خسویه جنب بانک کشاورزی_ مدرسه سنگی قدیم	<a href="https://maps.app.goo.gl/PKXk1Ydj1rrUWVNG">https://maps.app.goo.gl/PKXk1Ydj1rrUWVNG</a>
۴	گروه مسیر سبز زیرآب	۲۰:۳۰ الی ۱۹:۰۰	هر شب	آقایان	داود ۰۹۱۷۳۳۰۴۴۷۱ اسفندیار ۰۹۱۷۰۶۱۶۳۸۳	فارس شهرستان زرین دشت روستای زیراب مرکز بهداشت قدیم	<a href="https://maps.app.goo.gl/NzfQpVuWAIJkpA17A">https://maps.app.goo.gl/NzfQpVuWAIJkpA17A</a>
۵	گروه هشیاری حاجی آباد	۲۱ الی ۱۹:۳۰	هر شب	آقایان	صمد ۰۹۱۷۰۴۸۱۵۷۰ رسول ۰۹۱۷۷۳۱۲۵۳۱	زرین دشت - حاجی آباد - ورودی شهر از طرف داراب - زیرزمین مسجد حضرت مصصومه	
۶	گروه بیداری دبیران	۲۱ الی ۱۹	هر شب	آقایان	عباس ۰۹۱۶۴۰۷۸۵۲۲ یاسر ۰۹۹۳۴۳۷۳۱۴۸	فارس شهرستان زرین دشت شهر دبیران خیابان امام کوچه ۱	<a href="https://maps.app.goo.gl/z4WffdSeacqzgBZ9">https://maps.app.goo.gl/z4WffdSeacqzgBZ9</a>

<a href="https://maps.app.goo.gl/QPdFaVaWU4Tdc5Lt9">https://maps.app.goo.gl/QPdFaVaWU4Tdc5Lt9</a>	فارس شیراز خیابان کارگر(گلکوب) ، بین کوچه ۱۴ و ۱۶ ، ورزشگاه کارگر ، اتاق خانه امید سلامت	رضا ۰۹۰۱۹۷۸۳۱۵۳ ناصر ۰۹۳۷۶۳۰۰۷۸۵	آقایان	هر شب	۲۱:۳۰ الی ۲۰	گروه ستایش داراب	۷
<a href="https://maps.app.goo.gl/GmM8LbN2V2wstGfu8">https://maps.app.goo.gl/GmM8LbN2V2wstGfu8</a>	فارس شیراز خیابان کارگر(گلکوب) ، بین کوچه ۱۴ و ۱۶ ، ورزشگاه کارگر ، اتاق خانه امید سلامت	بهنام ۰۹۱۷۶۰۱۰۷۱۹ عباس ۰۹۹۰۶۰۴۶۶۱	مختلط	شنبه تا پنجشنبه	۱۳:۳۰ الی ۱۲	سلامت شیراز	۸
۷	فارس شیراز شهرک گلستان خیابان دهخدا محل برگزاری نمایشگاه های دائمی شیراز نبش کوچه یاسمین مسجد سیدالشهدا (دوشنبه جلسه باز الکلی های گمنام برگزار می گردد)	کاظم ۰۹۰۱۶۳۶۰۹۰۵ محمد ۰۹۰۳۸۹۰۳۴۴۱	مختلط	شنبه تا پنج شنبه	۱۵:۳۰ الی ۱۴	گروه ایثار شیراز	۹
<a href="https://maps.app.goo.gl/5pjuVMe2piKjNckE7">https://maps.app.goo.gl/5pjuVMe2piKjNckE7</a>	فارس، شیراز، مهدی آباد (کتس بس سابق) اول ورودی بلوار خرمشهر، سمت چپ، پارک کشتکاران	علی ۰۹۱۷۳۰۴۷۵۳۶ ابراهیم ۰۹۱۷۳۱۱۳۸۵۶	مختلط	هر شب	۲۰:۳۰ الی ۱۹	گروه اتحاد مهدی آباد (کتس بس)	۱۰
<a href="https://maps.app.goo.gl/vTbq3sC9cJZ2Wc128">https://maps.app.goo.gl/vTbq3sC9cJZ2Wc128</a>	شیراز باغ دلگشا پشت نماز خانه باغ دلگشا	ایمان ۰۹۱۷۵۸۸۸۳۵۸ علی ۰۹۱۷۴۱۷۰۴۵۵	آقایان	هر شب	۲۱:۳۰ الی ۲۰	گروه دلگشا شیراز	۱۱
<a href="https://maps.app.goo.gl/CtQ161Q6pReyz3F7">https://maps.app.goo.gl/CtQ161Q6pReyz3F7</a>	فارس - شهرستان مرودشت - خیابان مسجد رسول - خیابان شاهد، ساختمان فرهنگ و ارشاد - سالن کنفرانس	صادق ۰۹۱۷۱۲۷۱۳۷۸	آقایان	هر شب شنبه هیبریدی	۲۱ الی ۱۹:۳۰	گروه اتحاد مرودشت	۱۲
۸	فارس، بیضا، شهر هرابال، بلوار جمهوری اسلامی، اتاق تلمبه مزرعه کشاورزی رزاق	مسعود ۰۹۱۷۹۹۹۲۵۸۷	-	روزهای فرد	۲۱ الی ۱۹:۳۰	گروه امید بیضا	۱۳

		علی ۰۹۰۲۴۰۲۵۶۳۰					
۱۴	گروه رهایی سرحد (اقلید)	هر روز ۲۱ الی ۱۹:۳۰	آقایان	ابوالفضل ۰۹۳۹۰۹۹۲۱۲۱ محمدعلی ۰۹۱۷۴۲۹۰۳۱۱	فارس - شهرستان اقلید - روستای آسپاس - داخل بهزیستی امام رضا		
۱۵	گروه دشمن زیاری	هر روز ۲۱ الی ۱۹:۳۰	آقایان	حسن ۰۹۱۷۳۱۶۸۴۶۹	فارس، ممسنی، دشمن زیاری، روستای دولت آباد، سالن ورزشی دولت آباد		
۱۶	گروه همدلان نیریز	روزهای فرد ۲۱:۳۰ الی ۲۰	آقایان	محمد ۰۹۱۷۷۸۷۱۱۸۱ علی ۰۹۱۷۷۳۳۸۳۷۹	فارس، نیریز، پارک معلم		
۱۷	گروه رهایی یافتگان سرچهان (بوانات)	روزهای زوج ۲۰:۳۰ الی ۱۹:۳۰	آقایان	اشکان ۰۹۱۷۵۶۷۶۹۱۴	از سمت شیراز: جاده شیراز قادرآباد، ۱۰ کیلومتری شهر باغ صفا، روستای صادق آباد دفر، روبروی کافی شاپ میلاد، مسجد ابوالفضل		
۱۸	گروه ساحل بوشهر	روزهای زوج ۲۱ الی ۲۰	آقایان	ایوب ۰۹۱۷۹۹۲۳۳۷۵ کاظم ۰۹۳۷۵۱۴۸۳۴۱	بوشهر خیابان ساحلی - پارک مرجان - نماز خانه		
۱۹	گروه راه نجات بوشهر	روزهای فرد ۲۱:۳۰ الی ۲۰	بانوان	آیسان ۰۹۱۷۰۸۵۹۷۲۱	بوشهر، خیابان ساحلی، پارک مرجان نماز خانه		
۲۰	گروه رهایی فیروزآباد	هر شب ۲۱:۳۰ الی ۲۰	آقایان	محمدعلی ۰۹۱۷۸۲۰۰۳۵۹ افشین ۰۹۳۵۷۸۴۲۵۸۰	فیروزآباد - پارک تل حاجی - گرمخانه شهردار		
۲۱	گروه عشق شبانکاره	شنبه ، یکشنبه سه شنبه ۲۱ الی ۱۹:۳۰	آقایان	غلام ۰۹۱۷۰۱۳۵۲۰۸	بوشهر شهر شبانکاره جاده اصلی مسجد بین راهی دفتر هیئت امنا		

				چهارشنبه پنجشنبه			
۲۲	گروه میعادگاه بندر گناوه	۲۱ الی ۱۹:۳۰	شنبه تا پنجشنبه	آقایان	روح الله ۰۹۱۷۷۷۱۸۵۸۹ مختار ۰۹۱۷۳۷۲۲۴۰۲	بوشهر بندر گناوه جاده ساحلی-جنب پیترزا امپراتور-فرهنگ سرای شهرداری طبقه دو م	
۲۳	گروه بندر دیلم	۲۱ الی ۱۹:۳۰	دوشنبه چهارشنبه جمعه	آقایان	احمد ۰۹۱۷۳۷۲۴۳۵۵	بوشهر، بندر دیلم، ورودی شهر، رو بروی دادگستری، ساختمان اداره فرهنگ و ارشاد، طبقه دو م	
۲۴	گروه امید عسلویه	۲۱:۳۰ الی ۲۰	هر روز هفتة	آقایان	محمد ۰۹۱۷۰۳۷۷۳۷۱ نهمت ۰۹۱۶۷۶۶۹۴۶۲	عسلویه، ورزشگاه شهید تندگویان	
۲۵	گروه امید دبي	۲۱:۳۰ الی ۲۰	روزهای فرد	مختلط	عادل ۹۷۱۵۶۲۸۸۴۳۲۱ + شریف ۹۷۱۵۵۹۶۳۷۰۸۸	دبي، طبقه بالاي کاريبيو کافي، برج وفا (به ساختمان صورتی شناخته مي شود) جاده شیخ زايد، نزدیک به مترو مرکز مالی	

## وعدد های دوازده گانه الكلی 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 - هرقدر هم که به قعر رفته باشیم به دنبال راهی خواهیم گشت که چگونه دیگران از تجربه‌ی 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 موقعیتهايی که قبلًا گيجمان ميکردن را پيدا خواهیم کرد .
- ۱۲ - ناگهان متوجه خواهیم شد که خداوند کاری دارد انجام میدهد که ما قادر به انجامش نبودیم.
- آیا اينها وعده هاي گزارفي هستند؟ به نظر ما نه. آنها در مورد ما در حال تحقیق 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 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؟  خیر  بله
- ۴- آیا طی سال گذشته هنگام بیدار شدن نیاز به نوشیدن مشروب صبحگاهی داشته اید؟  خیر  بله
- ۵- آیا به افرادی که بدون دردسر مشروب مینوشند غبطة میخورید؟  خیر  بله
- ۶- آیا در رابطه با مشروب خواری طی سال گذشته مشکلاتی داشته اید؟  خیر  بله
- ۷- آیا مشروب خواری شما باعث مشکلاتی در منزل شده است؟  خیر  بله
- ۸- آیا شما همیشه در میهمانی برای به دست آوردن مشروب «بیشتر» تلاش میکنید چون به اندازه کافی گیرتان نمی آید؟  خیر  بله
- ۹- آیا به خودتان میگویید که هر وقت بخواهی میتوانی مشروب خواری را متوقف کنی با وجود آنکه همچنان بدون اینکه بخواهی مست میکنی؟  خیر  بله
- ۱۰- آیا به خاطر مشروب خواری روزهای کاری یا درسی خود را از دست داده اید؟  خیر  بله
- ۱۱- آیا سیاه مست میشوید؟  خیر  بله
- ۱۲- آیا تاکنون احساس کرده اید که اگر مشروب نمیخوردید زندگیتان بهتر بود؟  خیر  بله
- امتیاز شما چند است؟

آیا چهار بار یا بیشتر پاسخ مثبت داده اید؟ اگر چنین است احتمالاً شما با الكل 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، تنها یابی و نامیدی 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 باز هم فقط شما میتوانید تصمیم بگیرید که آیا برای شما مناسب است یا خیر. با فکری 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

نتها لازمه عضویت تمايل به ترك نوشیدن الکل است . در الکل های گمنام حق عضویت و شهریه ای وجود ندارد



**نواحی ۱۹ گانه کنفرانس خدمات عمومی**

شماره ماندگار روابط عمومی کنفرانس خدمات عمومی

ناحیه ۱ (مشهد)

ناحیه ۲ (اصفهان)

ناحیه ۳ (تهران)

ناحیه ۴ (رشت)

ناحیه ۵ (کرمان ، سیستان و بلوچستان ، هرمزگان ، مرکزیت کرمان )

آدرس دفتر محلی کرمان ، بلوار جهاد،نبش کوچه شماره ۲۵ ، طبقه منفی یک ساختمان سرو ۰۹۱۳۵۱۱۱۳۳۸

ناحیه ۶ (فارس ، بوشهر ، کهکلیویر و پیراحمد- مرکزیت شیراز)

ناحیه ۷ ( البرز ، قزوین ، قم - مرکزیت کرج)

ناحیه ۸ ( خوزستان )

ناحیه ۹ ( گرگان )

ناحیه ۱۰ ( کرمانشاه )

ناحیه ۱۱ ( کردستان )

ناحیه ۱۲ ( چهار محال بختیاری )

ناحیه ۱۳ ( آذربایجان غربی و شرقی ، زنجان )

ناحیه ۱۴ ( نجف آباد )

ناحیه ۱۵ تهران ( شمال ، شمیرانات ) دفتر محلی:پونک ، بلوار عدل جنوبی ، مرکز همایش های تهران ، طبقه دوم اداری

ناحیه ۱۶ ( مازندران )

ناحیه ۱۷ ( بیزد )

ناحیه ۱۸ ( لرستان )

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**

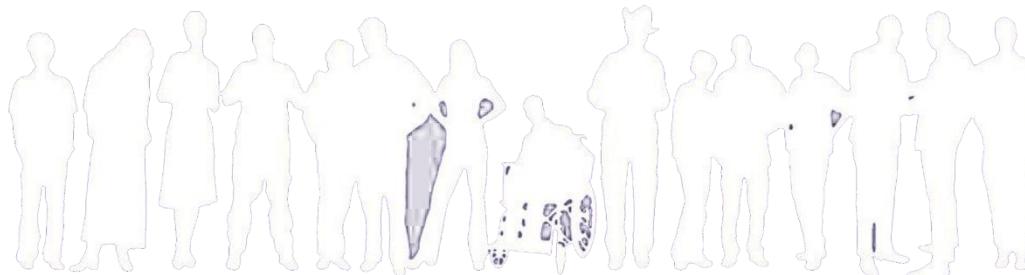
**"بیانیه ی وحدت "**

این چیزی است که به آینده‌ی A.A. مديونیم : 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 ، میخواهد 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