

گروه‌های خانواده

نارانان و ناراتین



آدرس جلسات نواحی منطقه تهران

مهر ماه ۱۴۰۱

شماره تماس ۰۹۱۹۴۴۴۶۰۷۵

آدرس ایمیل Ostan.teh.ir@gmail.com

خداوندا

آرامشی عطا فرما تا بپذیرم آنچه را که نمی توانم تغییر دهم.
شهامتی که تغییر دهم آنچه را که می توانم و دانشی که تفاوت این دو را بدانم .

ما سعی داریم اطلاعات آدرس‌های درج شده تغییر نداشته باشد، اما این امکان وجود دارد، آدرس جلسات منطقه تهران هر ماه به روز رسانی می‌شود لطفاً به تاریخ فایل دقت بفرمایید.

در این لیست تنها جلساتی که از طرف گروه‌ها اعلام شده باشد و طبق فرمت آمده در کتاب راهنمای خدمات محلی برگزار می‌شود، اطلاع رسانی می‌شوند.
لطفاً به جهت رعایت سنت یازده و حفظ گمنامی و امنیت شما عزیزان از شرکت در جلساتی که اصول نارانان را رعایت نمی‌کنند خودداری بفرمایید.



مهر ماه ۱۴۰۱

آدرس جلسات ناراتین

شماره تلفن:
۰۹۱۹۴۴۴۶۰۷۵

مسئول آدرس جلسات نواحی منطقه تهران

ناراتین : بخشی از گروه های خانواده نارانان است.

این گروه ها برای کمک به نوجوانان است که زندگی شان تحت تأثیر بیماری اعتیاد یکی از افراد خانواده یا بستگان و نزدیکشان قرار گرفته است و جلسات ناراتین مخصوص نوجوانان ۱۳ تا ۱۹ سال می باشد.

" برگرفته از پمفلت نارانان چیست "

دختران

ردیف	شهر	روز	ساعت	نام گروه	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی
۱	شمال و شمال شرق	دوشنبه	۱۸-۱۹,۳۰	دختران نور	ناراتین دختران مشارکت	جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸

پسران

	شهر	روز	ساعت	نام گروه	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی
۲	شمال و شمال شرق	سه شنبه	۲۰-۲۱,۳۰	پسران وحدت	ناراتین پسران مشارکت	جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸
۳	شمال و شمال شرق	پنج شنبه	۱۲,۳۰-۱۴	سرآغاز	ناراتین پسران مشارکت	جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸

برای گرفتن حمایت با سایر ناراتین تماس داشته باشیم. قدم ۲ صفحه ۲۵

دختران

	شهر	روز	ساعت	نام گروه	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی
۵	غرب	یکشنبه	۱۷,۳۰-۱۹	فرشتگان خدا	ناراتین دختران مشارکت	جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۳۹۷۲۱۷۲۳۳
	شهر	روز	ساعت	نام گروه	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی
۶	غرب	سه شنبه	۱۶-۱۷,۳۰	فرشتگان آسمان	ناراتین دختران مشارکت	جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۳۹۷۲۱۷۲۳۳

پسران

شهر	روز	ساعت	نام گروه	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی
۷	غرب	جمعه	۱۳،۳۰-۱۲	امیدان فردا	ناراتین پسران مشارکت
جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۹۲۷۵۱۱۲۲۴					

دختران

شهر	روز	ساعت	نام گروه	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی
۸	جنوب	شنبه	۱۵،۳۰-۱۴	فرشته ها	ناراتین دختران مشارکت، قدم
جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۹۲۷۵۱۱۲۲۴					
۹	جنوب	پنج شنبه	۱۵،۳۰-۱۴	کلبه آرامش	ناراتین دختران مشارکت، قدم
جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۹۲۷۵۱۱۲۲۴					
۱۰	جنوب	پنج شنبه	۱۵،۳۰-۱۴	فرشته ها	ناراتین دختران مشارکت، نشریه خوانی
جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۹۲۷۵۱۱۲۲۴					
۱۱	شرق	پنج شنبه	۱۸،۳۰-۱۶،۳۰	دختران شرق	ناراتین دختران مشارکت، پرسش و تجربه
آدرس: میدان خراسان، خیابان اعظم نظامی، معاونت اجتماعی، داخل حیاط، اتاق ۱۵ (حضور) تلفن: ۰۹۹۰۹۹۱۷۲۰۸					
۱۲	جنوب شرق	چهارشنبه	۱۸،۳۰-۱۷	آرامش رویایی	ناراتین دختران مشارکت، راه حل ها
جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۳۹۷۵۶۹۲۷۱					

ناراتین می تواند کمک کند. (پنفلت برای اعضای نوجوان، خانواده یا دوستان نگران)

آقایان

شهر	روز	ساعت	نام گروه	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی
۱۱	شرق	یکشنبه	۲۰،۴۵-۱۹،۱۵	راه الهی	خیابان پیروزی، خیابان طبرسی، پارک نیلوفر، سرای محله موسوی (زاهد گیلانی) (حضور) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
۱۲	غرب	جمعه	۱۱-۹،۳۰	خانه الهی	خیابان کارگر شمالی (امیرآباد شمالی)، بعد از جلال آل احمد، نبش خیابان شانزدهم، مسجد النبی، طبقه همکف (حضور) ۰۹۱۰۴۸۱۱۵۰۱

جلسات مختلط

۱۳	شمال و شمال شرق	سه شنبه	۱۹،۳۰-۱۸	هدف الهی	مشارکت (جلسه مختلط)
https://join.freeconferencecall.com/hadafh-elahi					

برای ورود به جلسات مجازی می توانید از برنامه های اسکایپ و فریکنفرانس استفاده کنید.

۱۴	غرب	پنجشنبه	۱۶-۱۷،۳۰	خانه عشق	مشارکت، قدم، پرسش و تجربه (جلسه مختلط)	https://join.freeconferencecall.com/خانه.عشق
۱۵	غرب	دوشنبه	۱۹-۲۰،۳۰	مسیر رشد	مشارکت، قدم، پرسش و تجربه، سنت، نشریه خوانی (جلسه مختلط می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/virtualnaranon2
ما باعث آن نبودیم، نمی توانیم کنترلش کنیم، نمی توانیم درمانش کنیم. قدم ۱ صفحه ۱۱						



دستورالعمل کار با برنامه فری کنفرانس

قبل از عضویت به فرمت جلسات خانم‌ها، آقایان و جلسات ناراتین دقت داشته و بعد عضو گروه شوید. لطفا جهت پیدا کردن آدرس جلسات نزدیک محله خود نواحی همجوار را نیز نگاه ببیندازید.

کمیته آدرس جلسات تهران	جلسه درون گروهی آدرس جلسات منطقه تهران با خدمتگزاران آدرس های نواحی اولین یکشنبه هر ماه جلسه درون کمیته ساعت ۱۷ الی ۱۸ در برنامه فری کنفرانس می باشد.	۰۹۱۹۴۴۴۶۰۷۵
منطقه تهران	جلسه کمیته خدماتی منطقه تهران دومین پنجشنبه هرماه ساعت ۹/۳۰ صبح الی ۱۳ بصورت مجازی در برنامه فری کنفرانس برگزار می شود.	https://join.freeconferencecall.com/tehrancommittee
شمال و شمال شرق	جلسه کمیته خدماتی شمال و شمال شرق اولین پنجشنبه هر ماه ساعت ۹ الی ۱۲/۳۰ آخر هر فصل جلسه به صورت حضوری می باشد.	۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸
جنوب شرق	جلسه کمیته خدماتی جنوب شرق اولین یکشنبه هرماه ساعت ۱۰ صبح بصورت مجازی در برنامه واتساپ برگزار می شود.	۰۹۳۹۷۵۶۹۲۷۱
شرق	جلسه کمیته خدماتی ناحیه شرق اولین شنبه هرماه ساعت ۱۴:۳۰ در برنامه فری کنفرانس برگزار می شود.	۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
جنوب	جلسه کمیته خدماتی ناحیه جنوب جلسه هیئت نمایندگان ناحیه جنوب اولین پنجشنبه هرماه جلسه ساعت ۹ صبح در برنامه فریکنفرانس برگزار می شود.	۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵
غرب	جلسه کمیته خدماتی منطقه تهران ناحیه غرب اولین پنجشنبه هرماه ساعت ۹ الی ۱۲ بصورت مجازی در برنامه فری کنفرانس برگزار می شود.	۰۹۱۰۴۸۱۱۵۰۱

گروه های ناراتین به دلیل جلسات بسته ای که برگزار می نمایند، لینک های خود را در آدرس جلسات درج نمی نمایند، جهت شرکت در جلسات مجازی ناراتین با شماره تماس نواحی آدرس جلسات که داخل فایل درج شده تماس حاصل نمایید.

	شماره تلفن: ۰۹۱۹۴۴۴۶۰۷۵	مستول آدرس جلسات نواحی منطقه تهران
---	-------------------------	------------------------------------

ناحیه شمال و شمال شرق تهران					
ردیف	روز جلسه	نام جلسه	ساعت	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی و جلسات حضوری
۱	شنبه	مهر (اراج)	۱۱,۳۰-۱۰	مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/mosharekatmehr
۲	شنبه	نشاط تهران	۱۶,۳۰-۱۵	مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/neshatgroup1399
۳	شنبه	آرامش پلیس	۱۷,۳۰-۱۶	مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/arameshpolis
۴	شنبه	شنبه ها با نارائان	۱۸,۳۰-۱۷	مشارکت و شنبه های اول هر ماه قدم (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/shanbehabanaranan0 همیشه مجازی
۵	یکشنبه	گنج بهبودی	۱۱,۳۰-۱۰	قدم، آخر هفته هر ماه حضوری (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/ganjebehboodi بزرگراه رسالت، کرمان جنوبی، انتهای کوچه رضایی، سرای محله کرمان، طبقه دوم، کلاس شماره ۱۰ (حضوری) ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸
۶	یکشنبه	چشمه امید	۱۲,۳۰-۱۱	مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/cheshme.omid
۷	یکشنبه	قدم لواسان	۱۶,۳۰-۱۵	قدم، سنت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/ghadamlavasan

https://join.freeconferencecall.com/barannaranan	مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	۱۷,۳۰-۱۶	باران	یکشنبه	۸
https://join.freeconferencecall.com/safaredaron5	قدم (جلسه مختص بانوان می باشد.)	۱۸,۳۰-۱۷	سفر درون	یکشنبه	۹
https://join.freeconferencecall.com/rahzendgipardis	مشارکت، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد.)	۱۶,۳۰-۱۵	راه زندگی پردیس	دوشنبه	۱۰
جهت عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸	مشارکت (گروه مختص نارائین دختران می باشد.)	۱۹,۳۰-۱۸	دختران نور	دوشنبه	۱۱
جهت عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸	قدم و سنت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	۱۱,۳۰-۱۰	مروارید	سه شنبه	۱۲
https://join.freeconferencecall.com/wwwganjarameshsonat بزرگراه رسالت، کرمان جنوبی، انتهای کوچه رضایی، سرای محله کرمان. طبقه دوم، کلاس شماره ۱۰ (حضور)	سنت، آخر سه شنبه هر ماه مفهوم، حضور (جلسه مختص بانوان می باشد.)	۱۱,۳۰-۱۰	گنج آرامش	سه شنبه	۱۳
https://join.freeconferencecall.com/naranansetayesh7	مشارکت، ۴۵، دقیقه آخر مختص تازه وادرین (جلسه مختص بانوان می باشد.)	۱۷-۱۵,۳۰	تازه واردین ستایش	سه شنبه	۱۴
https://join.freeconferencecall.com/ettehad99	قدم (جلسه مختص بانوان می باشد.)	۱۷,۳۰-۱۶	اتحاد	سه شنبه	۱۵
https://join.freeconferencecall.com/jalaseasman	مشارکت، شریه خوانی، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد.)	۱۸,۳۰-۱۷	آسمان	سه شنبه	۱۶
https://join.freeconferencecall.com/hadafh_elahi	مشارکت (جلسه مختلط)	۱۹,۳۰-۱۸	هدف الهی	سه شنبه	۱۷

۱۸	سه شنبه	پسران وحدت	۲۰,۲۱,۳۰	مشارکت (گروه مختص نارائین پسران می باشد.)	جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸
۱۹	سه شنبه	تیغه آفتاب لواسان	۱۷,۳۰-۱۶	مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	لواسان، بلوار امام خمینی، خیابان اینار، مدرسه علامه طباطبایی، درب بالایی مدرسه (حضوری) ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸
۲۰	چهارشنبه	راه عشق رودهن	۱۶,۳۰-۱۵ نیمه اول سال ۱۵,۳۰-۱۴ نیمه دوم سال	مشارکت قدم، نشریه خوانی، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد.)	رودهن سجادیان، سالن اجتماعات، امام زاده محمد تقی (حضوری) تلفن: ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸
۲۱	چهارشنبه	معجزه	۱۸,۳۰-۱۷ نیمه اول سال ۱۷,۳۰-۱۶ نیمه دوم سال	مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/mojezeguop4
۲۲	چهارشنبه	راه رشد	۱۸,۳۰-۱۷	قدم، سنت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/raheroshdteh
۲۳	پنجشنبه	بهشت پنهان	۱۲,۳۰-۱۱	مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/beheshtepenhan2022
۲۴	پنجشنبه	سرآغاز	۱۲,۱۴,۳۰	نارائین پسران (گروه مختص نارائین پسران می باشد.)	جهت عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸
۲۵	پنجشنبه	نیایش پارک پلیس	۱۶,۳۰-۱۵	مشارکت و نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/niaeshp هیشه مجازی
۲۶	پنجشنبه	صدای آشنا	۱۶,۳۰-۱۵	مشارکت، تجربه، نیرو و امید، پرسش و تجربه، نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد.)	فلکه دوم تهرانپارس، خیابان جشنواره، خیابان زهدی، میدان والفجر، سرای محله جوادیه، طبقه اول سالن آمفی تئاتر (حضوری) تلفن: ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸

۲۷	پنج‌شنبه	تازه واردین گلچین	۱۱,۳۰-۹	مشارکت، قدم، نشریه خوانی، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	اتوبان امام علی خروجی جانبازان غربی، بوستان تمدن، سرای محله کرمان، طبقه دوم اتاق ۸ (حضور) تلفن: ۰۹۱۹۶۲۵۵۶۲۸
آشفتگی نتیجه رفتار گذشته ما بود. قدم ۲ صفحه ۲۴					
ناحیه جنوب تهران					
ردیف	روز جلسه	نام جلسه	ساعت	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی و جلسات حضوری
۱	شنبه	فرشته ها	۱۵,۳۰-۱۴	مشارکت (جلسه مختص ناراتین می‌باشد.)	جهت عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵
۲	شنبه	نسیم بهبودی (اقدسیه)	۱۶-۱۴,۳۰	مشارکت، قدم، سنت، نشریه خوانی و اداری (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/nasimebehbodi
۳	یکشنبه	ساحل آرامش (دولت‌آباد)	۱۰,۳۰-۹	سنت یا قدم، نشریه خوانی، پرسش و تجربه، اداری و مشارکت آزاد (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	آدرس: دولت آباد، فلکه دوم، خیابان بهشتی، کوچه توسلی، پلاک ۴، سرای محله دولت آباد، طبقه سوم، سالن آمفی تئاتر (حضور) ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵
۴	یکشنبه	سرای نیاز (پرند)	۱۶,۳۰-۱۵	قدم نشریه خوانی، پرسش و تجربه مشارکت و اداری (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	پرند، بلوار علامه طباطبایی، جنب آگاهی نمازخانه ایستگاه راه آهن (حضور) ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵
۵	یکشنبه	کلبه امید	۱۶,۳۰-۱۵	نشریه خوانی، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	ورامین، انتهای خیابان طالقانی، بعد از پزشکی قانونی حسینیہ جان نثاران (حضور) تا اطلاع ثانوی تعطیل می باشد ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵
۶	یکشنبه	خانه دلها (پاکدشت)	۱۶,۳۰-۱۵ نیمه اول سال	مشارکت، نشریه خوانی، پرسش و تجربه، سنت و جلسه اداری (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	پاکدشت، خیابان علامه، خیابان شهید مرصاد، رو به روی استخر یاس سفید، ورزشگاه مرکزی (حضور) ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵
۷	دوشنبه	نورالهی (اسلام شهر)	۱۵,۳۰-۱۴	مشارکت، نشریه خوانی، پرسش و تجربه، سنت و جلسه اداری (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	اسلام شهر، انتهای قائمیه، کوچه ۴۹، مسجد قمر بنی هاشم، درب کنارمسجد، داخل حسینیہ (زیرزمین) (حضور) ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵

۸	دوشنبه	ندای حق	۱۱,۳۰-۱۰	سنت یا قدم، نشریه خوانی، پرسش و تجربه، اداری و مشارکت آزاد (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/nedaehagh
۹	دوشنبه	سرای آرامش (قرچک)	۱۱-۹,۳۰	(جلسه مختص بانوان می باشد).	قرچک (ورامین)، مسجد جامع، پارک ولایت، سرای محله ولایت، زیرزمین، سالن بصیرت (حضور) ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵
۱۰	سه شنبه	مسیر روشنایی	۱۱,۳۰-۱۰	مشارکت، قدم، سنت، نشریه خوانی، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد).	خانی آبادنو، بلوار شقایق، روبه روی میوه و تره بار، جنب پارک ۲۲ بهمن، سرای محله اسفندیاری، طبقه دوم (حضور) ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵ تلفن:
۱۱	سه شنبه	کلبه مهربانی	۱۶,۳۰-۱۵	قدم، سنت، مفهوم، مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد).	ورامین، انتهای خیابان طالقانی، بعد از پزشکی قانونی حسینی جان نثاران (حضور) ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵ تا اطلاع ثانوی تعطیل می باشد.
۱۲	چهارشنبه	رهایی (صالح آبادی غربی)	۱۲,۳۰-۱۱	مشارکت، سنت، نشریه خوانی، قدم و پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/rahaeenaranan
۱۳	چهارشنبه	باورنو (ورامین)	۱۲,۳۰-۱۱	نشریه خوانی، قدم، سنت، مفهوم، مشارکت گروه مختص بانوان (جلسه مختص بانوان می باشد).	عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵
۱۴	چهارشنبه	نور امید واوان	۱۵/۳۰-۱۴	مشارکت، قدم و سنت، مفاهیم، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/noreomid
۱۵	پنجشنبه	کلبه آرامش	۱۵,۳۰-۱۴	مشارکت، قدم (گروه مختص نارائین دختران می باشد).	جهت عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید ۰۹۹۲ ۷۵۱ ۱۲ ۲۴
۱۶	پنجشنبه	فرشته ها	۱۵,۳۰-۱۴	مشارکت، نشریه خوانی	جهت عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید ۰۹۹۲ ۷۵۱ ۱۲ ۲۴

				(گروه مختص نارائین دختران می باشد.)	
۱۷	پنجشنبه	طلوع گلستان	۹-۱۰,۳۰	مشارکت، قدم، سنت، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد.)	اسلام شهر، گلستان صالحیه، سی متری، خیابان رستوران کاج، کتابخانه شهید امامی (حضور) ۰۹۱۹۵۹۲۲۳۰۵

با رها کردن عشق را نشان می دهیم. قدم ۳ صفحه ۳۴

ناحیه جنوب شرق

ردیف	روز جلسه	نام جلسه	ساعت	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی و جلسات حضوری
۱	یکشنبه	نغمه های امید	۸,۳۰-۱۰	پرسش و تجربه، مشارکت، سنت، نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد.)	اتوبان محلاتی، بلوار ابوذر، پل پنجم و ششم، خیابان هانی، سرای محله هانی (حضور) ۰۹۳۹۷۵۶۹۲۷۱
۲	سه شنبه	مسیر آرامش	۱۶-۱۸,۳۰	مشارکت، پرسش و تجربه، نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد.)	خاور شهر، فاز ۲، خیابان سبلان، سرای محله، طبقه ۲ (حضور) ۰۹۳۹۷۵۶۹۲۷۱
۳	چهارشنبه	خانه بهبودی	۱۶-۱۷,۳۰	مشارکت و نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد.)	جهت عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید تا اطلاع ثانوی تعطیل می باشد. ۰۹۳۹۷۵۶۹۲۷۱
۴	چهارشنبه	خانه امن	۹,۴۵-۱۱,۱۵	معرفی نارائان (جلسه مختص بانوان می باشد.)	خیابان خاوران جنوب، پارک فدائیان اسلام، کوچه احمدوند، مرکز فرهنگی خاتون (حضور) ۰۹۳۹۷۵۶۹۲۷۱
۵	چهارشنبه	آرامش رویایی	نیمه اول سال ۱۷,۳۰-۱۶ نیمه دوم سال ۱۶,۳۰-۱۵	مشارکت، راه حل ها (جلسه مختص نارائین دختران می باشد.)	جهت عضویت در گروه با شماره زیر تماس بگیرید تا اطلاع ثانوی تعطیل می باشد. ۰۹۳۹۷۵۶۹۲۷۱
۶	چهارشنبه	خانه امید	۱۵-۱۶,۳۰	مشارکت، نشریه خوانی، قدم (جلسه مختص بانوان می باشد.)	افسریه، پانزده متری چهارم، خیابان ۲۱ (سوری)، پلاک ۷، طبقه همکف، سالن اجتماعات (حضور) ۰۹۳۹۷۵۶۹۲۷۱
۷	پنجشنبه	زیتون	۱۰-۱۱,۳۰	مشارکت، قدم، پرسش و تجربه، مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	خیابان میثم (میرهاشمی)، پارک زیتون، سرای محله حسین آباد، طبقه اول (حضور) ۰۹۳۹۷۵۶۹۲۷۱

اول آمديم، بعد به تدريج فهميديم و سپس به باور رسيديم و سپس به باور رسيديم. قدم ۱ صفحه ۱۷

ناحیه غرب تهران

ردیف	روز جلسه	نام جلسه	ساعت	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی و جلسات حضوری
۱	شنبه	فرشتگان کمیل	۱۱،۳۰-۱۰	قدم، سنت، نشریه خوانی، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/freshtegan
۲	شنبه	معجده	۱۶-۱۴،۳۰	سنت، مفهوم و مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/mojezeh تا اطلاع ثانوی تعطیل می باشد. تلفن: ۰۹۱۰۴۸۱۱۵۰۱
۳	شنبه	باران عشق	۱۶،۳۰-۱۵	مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/baraneshgh (تعطیلات مناسبتی کشور این گروه فعالیت ندارد.)
۴	شنبه	مهرپروان	۱۶،۳۰-۱۵	قدم، مشارکت، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد).	خیابان قزوین، خیابان شهید سبحانی، ۱۶متری امیری، نبش خیابان آقاقلی خانی، سرای محله جی، طبقه اول، اتاق ۳ (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۴۸۱۱۵۰۱ تا اطلاع ثانوی تعطیل می باشد.
۵	یکشنبه	امید شهریار	۱۱،۳۰-۱۰	مشارکت، قدم، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/امید..شهریار
۶	یکشنبه	آوای بهبودی	۱۷-۳۰-۱۵	مشارکت، قدم و سنت، پرسش و تجربه، نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/آوای_بهبودی
۷	یکشنبه	فرشتگان خدا	۱۹-۱۷،۳۰	مشارکت (گروه مختص نارائین دختران می باشد).	جهت عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید ۰۹۳۹۷۲۱۷۲۳۳
۸	دوشنبه	راه نجات	۱۱-۹،۳۰	مشارکت، نشریه خوانی، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/rahenejatm

۹	دوشنبه	رشد تهران	۱۱,۳۰-۱۰	پنل، مشارکت، قدم نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/tehranroshd20
۱۰	دوشنبه	دنیای نور	۱۱-۹,۳۰	مشارکت، قدم، سنت جلسه مختص بانوان (می باشد.)	اتویان جمران، شمال به جنوب، ابتدای یادگار امام، نرسیده به ورودی اوین، سرای محله اوین (حضور) تلفن: ۰۹۱۰۴۸۱۱۵۰۱
۱۱	دوشنبه	معجزه	۱۶-۱۴,۳۰	قدم، مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	تقاطع بلوار کشاورز، کارگر شمالی، داخل نمازخانه پارک لاله (حضور) تلفن: ۰۹۱۰۴۸۱۱۵۰۱ تا اطلاع ثانوی تعطیل می باشد.
۱۲	دوشنبه	تجربه، نیرو، امید(کمیل)	۱۹-۱۷,۳۰	مشارکت، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/naranonmr
۱۳	دوشنبه	افق(شهریار)	۱۱,۳۰-۱۰	جلسه مختص بانوان (می باشد.)	شهریار، خیابان ولیعصر، کوچه استاد شهریار، فرهنگسرا شهریار، طبقه اول سالن آملی تئاتر (حضور) تلفن: ۰۹۱۰۴۸۱۱۵۰۱
۱۴	دوشنبه	مسیر رشد	۲۰,۳۰-۱۹	مشارکت، قدم، پرسش و تجربه، سنت، نشریه خوانی (جلسه مختلط می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/virtualnaranon2
۱۵	دوشنبه	عشق و امید	۱۱,۳۰-۱۰	مشارکت، قدم، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد.)	بزرگراه محمدعلی جناح، نبش خیابان طاهریان، روبروی پارک اختر، سرای محله فردوس طبقه دوم، اتاق ۵ (حضور) ۰۹۱۰۴۸۱۱۵۰۱
۱۶	سه شنبه	نرگس تهرانسر	۱۶-۱۴,۳۰	مشارکت، پرسش و تجربه و قدم، سنت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/nargesnaranon (تعطیلات مناسبتی فعالیت ندارند)
۱۷	سه شنبه	فرشتگان آسمان	۱۷,۳۰-۱۶	مشارکت (گروه مختص نارائین دختران می باشد.)	جهت عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید ۰۹۳۹۷۲۱۷۲۳۳

۱۸	سه شنبه	پلی به سوی خدا	۱۶-۱۴,۳۰	قدم، مشارکت، پرسش و تجربه، نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد).	رباط کریم (شهریار)، خیابان بخشداری، جنب اداره گاز، کوچه خانه جوان (حضوری) تا اطلاع ثانوی تعطیل است ۰۹۱۰۴۸۱۱۵۰۱
۱۹	چهارشنبه	دریای نور	۱۲-۱۰,۳۰	قدم، مشارکت، پرسش و تجربه، نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/daryave-noor
۲۰	چهارشنبه	روزنه	۱۵,۳۰-۱۴	مشارکت، قدم، سنت، نشریه خوانی، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/rozane
۲۱	پنجشنبه	پلی به سوی خدا	۱۱-۹,۳۰	قدم، مشارکت، پرسش و تجربه، نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/پلی/سوی/خدا
۲۲	پنجشنبه	پرتو آرامش	۱۶,۳۰-۱۵	مشارکت، قدم (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/پرتوی/آرامش دائم مجازی
۲۳	پنجشنبه	خانه عشق	۱۷,۳۰-۱۶	مشارکت، قدم، پرسش و تجربه (جلسه مختلط)	https://join.freeconferencecall.com/خانه.عشق
۲۴	جمعه	رشد (میدان قزوین)	۱۰,۳۰-۹	قدم، نشریه خوانی، مشارکت، سنت، مشارکت (جلسه مختص بانوان می باشد).	https://join.freeconferencecall.com/roshdmeydaneghazvin (تعطیلات مناسبتی کشور این گروه فعالیت ندارد.)
۲۵	جمعه	خانه الهی	۱۱-۹,۳۰	قدم، مشارکت، پرسش و تجربه (جلسه مختص آقایان می باشد).	خیابان کارگر شمالی (امیرآباد شمالی)، بعد از جلال آل احمد، نبش خیابان شانزدهم، مسجد النبی، طبقه همکف (حضوری) ۰۹۱۰۴۸۱۱۵۰۱

۲۶	جمعه	امیدان فردا	۱۳،۳۰-۱۲	مشارکت (گروه مختص نارائین پسران می باشد.)	جهت عضویت در گروه با شماره ذیل تماس بگیرید ۰۹۹۲۷۵۱۱۲۲۴
برای گرفتن حمایت با سایر اعضای نارائان تماس داشته باشیم. قدم ۲ - صفحه ۲۵					
ناحیه شرق تهران					
ردیف	روز جلسه	نام جلسه	ساعت	فرمت جلسه	لینک جلسات فضای مجازی و جلسات حضوری
۱	شنبه	پلی به سمت خدا	۱۶-۱۴،۳۰	مشارکت، قدم (جلسه مختص بانوان می باشد.)	مشیریه، انتهای خیابان سازمان آب، پارک بنفشه، سرای محله بنفشه، طبقه اول، سالن کنفرانس (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
۲	یکشنبه	خانه عشق	۱۰-۸،۳۰	مشارکت، قدم، نشریه خوانی (جلسه مختص بانوان می باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/khaneveeshgh1
۳	یکشنبه	آیین مهرورزی	۱۴-۱۲،۳۰	مشارکت، نشریه خوانی، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می باشد.)	افسریه، شهرک والفجر، پارک والفجر، روبروی سرای محله والفجر سالن اجتماعات (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
۴	یکشنبه	راه الهی	۲۰،۴۵-۱۹،۱۵	مشارکت (جلسه مختص آقایان می باشد.)	خیابان پیروزی، خیابان طبرسی، پارک نیلوفر، سرای محله موسوی (زاهد گیلانی) (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
۵	یکشنبه	الهه زندگی	۱۰،۳۰-۹	مشارکت، قدم (جلسه مختص بانوان می باشد.)	خیابان پاسداران گمنام، داخل پارک گلپیرا، سرای محله صاحب الزمان، طبقه دوم (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
۶	دوشنبه	ندای عشق	۱۶،۳۰-۱۵	مشارکت، پرسش و تجربه، نشریه خووانی هفته چهارم یک ماه درمیان قدم و سنت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	خیابان پیروزی، خیابان طبرسی، پارک نیلوفر، سرای محله موسوی (زاهد گیلانی) (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
۷	سه شنبه	معجزه آرامش	۱۱،۳۰-۱۰	قدم، سنت (جلسه مختص بانوان می باشد.)	خیابان دماوند، ایستگاه بی آر تی سیلان، ۲۷ متری اشراقی، جنب کوچه رنجبرتاری، پلاک ۳۸، شورا یاری محله (سرای محله اشراقی) طبقه دوم، کلاس ۱۰۲ (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰

۸	سه‌شنبه	راه امید	۱۰،۳۰-۹	سنت به صورت کارگاهی، آخر هر ماه کارگاه مفاهیم (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	خیابان پاسدار گمنام، نرسیده به موتور آب، نبش خیابان رحمتی، بوستان هفت تیر، سرای محله صاحب الزمان، طبقه ۲ (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
۹	سه‌شنبه	سرای امید	۱۶-۱۴،۳۰	مشارکت، سنت، نشریه خوانی، پرسش و تجربه (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	مشیریه، سرای مشیریه، خیابان سازمان آب، پارک بنفشه، سرای محله بنفشه (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
۱۰	چهارشنبه	معجزه امید	۲۳،۳۰-۲۲	مشارکت، راه حل ها (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	https://join.freeconferencecall.com/mojezeomid2022
۱۱	پنج‌شنبه	دختران شرق	۱۶،۳۰-۱۵	تازه واردین (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	آدرس: میدان خراسان، خیابان اعظم نظامی، معاونت اجتماعی، داخل حیاط، سمت راست اولین کانکس (حضوری) تلفن: ۰۹۹۰۹۹۱۷۲۰۸
۱۲	پنج‌شنبه	ستایش	۱۸،۳۰-۱۶،۳۰	مشارکت، پرسش و تجربه (جلسه مختص نارایتین دختران می‌باشد.)	آدرس: میدان خراسان، خیابان اعظم نظامی، معاونت اجتماعی، داخل حیاط، اتاق ۱۵ (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
۱۳	جمعه	صبح جمعه	۱۰،۳۰-۹	مشارکت (جلسه مختص بانوان می‌باشد.)	آدرس: میدان خراسان، خیابان خاوران، خیابان اعظم نظامی، داخل معاونت اجتماعی، کانکس داخل حیاط (حضوری) تلفن: ۰۹۱۰۵۶۳۱۱۵۰
زمانی که بندهای انکار را باز می کنیم که در مقابل معتاد کنترلی نداریم. قدم ۱ - صفحه ۱۱					

ناحیه	بانوان	آقایان	ناراتین دختران	ناراتین پسران	گروه جدید	جلسات مجازی	جلسات فعال	حضوری	نیمه حضور	مختلط	جلسات غیرفعال	جلسات حضوری قبل از کرونا
ناحیه شمال و شمال شرق	۲۳	۰	۱	۲	۰	۲۰ فریکنفرانس ۱ واتساپ	۲۷	۶	۲	۱	۱۲	۳۸
جنوب شرق	۵	۰	۱	۰	۰	۲ واتساپ	۵	۵			۲	۱۰
غرب	۲۰	۱	۲	۱	۰	۱۹ فریکنفرانس	۲۲	۷		۲	۱۲	۳۴
شرق	۱۱	۱	۱	۰	۰	۲ فریکنفرانس	۱۳	۱۱			۴	۱۷
جنوب	۱۴	۰	۴	۰	۰	۵ فریکنفرانس ۲ واتساپ	۱۸	۹			۶	۲۳
۳ گروه بانوان از ناحیه جنوب جدا شدن به ناحیه جدید متصل شده اند												
جمع کل گروه ها	۷۴	۲	۹	۳	۰	۴۶ فریکنفرانس ۵ واتساپ	۴۲	۳۸	۲	۳	۳۷	۱۲۲

درخواست:

مسئول کمیته آدرس جلسات نارانان و ناراتین منطقه تهران از نمایندگان محترم، را از اعضا تقاضا دارد که اعضای با عشق نارانانی به عنوان بازو با توانایی و مهارت در زمینه کار با کامپیوتر و یا ایده و نظر که باعث پیشرفت در کار می توانند باشند جهت همکاری لطفا با این شماره خدماتی ذیل تماس حاصل نمایند.

«09194446075»

آدرس ایمیل کمیته آدرس های منطقه تهران:

Naranon.ostantehran@gmail.com

کانال تلگرام آدرس جلسات منطقه تهران مجازی و حضوری بصورت روزانه

<https://t.me/+iiOwZu4QWAowMTcA>

وبسایت نارانان: www.khmir.ir

کانال آدرس جلسات: https://instagram.com/naranon_iran

تلگرام منطقه تهران: <https://t.me/naranontehran>

اینستاگرام منطقه تهران: <https://www.instagram.com/naranontehran>

با تشکر فراوان از بازوان این کمیته و از خدمتگزاران آدرس جلسات نواحی

مسئول کمیته آدرس جلسات منطقه تهران - اکرم

شماره تماس

09194446075

"لطفا در گرفتن شماره تلفن آدرس جلسات منطقه تهران دقت لازم را داشته باشید"