

معرفی برخی از خدمات

مؤسسه فرا کوچ

faracoach





● معرفی مختصر موسسه فراکوچ

حدود نیم دهه گذشته، برای اولین بار در ایران و در سال ۱۳۹۴، یک گروه حرفه‌ای متشکل از مدیران باتجربه و کارشناسان حوزه‌های مختلف، فعالیت‌های علمی، تحقیقاتی و پژوهشی خود را در حوزه مباحث توسعه فردی و کسب‌وکار با بهره‌گیری از روشی مدرن و بین‌المللی به نام کوچینگ (Coaching) آغاز نمودند.

در سال ۱۳۹۶ و در مسیر توسعه این فعالیت‌ها، اولین مؤسسه حقوقی کشوری با نام تجاری (مؤسسه توسعه مربیگری فراکوچ ایرانیان) به شماره ۵۹۲۸ به ثبت رسید که موضوع تخصصی فعالیت و اساسنامه آن (مربیگری و مشاوره توسعه مهارت‌های فردی و شغلی در کسب‌وکار) تعیین گردید.

در حال حاضر، (آکادمی بین‌المللی کوچینگ فراکوچ) با محوریت ارائه (آموزش‌های تخصصی کوچینگ) در جهت آموزش کوچ معتبر و (کلینیک کوچینگ فراکوچ) با رسالت ارائه (خدمات کاربردی کوچینگ) به عنوان دو بازوی مؤسسه فراکوچ با در اختیار داشتن مجوزهای رسمی و قانونی، تجربیات خود را با افراد، صاحبان کسب‌وکار و سازمان‌ها به اشتراک می‌گذارند.

- اهتمام این مؤسسه بر موارد زیر نیز معطوف می‌باشد:
- معرفی ماهیت و ترویج خدمات کوچینگ در سطح ملی و بین‌المللی؛
- بهبود مستمر **خدمات آموزشی** استاندارد و تخصصی در حوزه کوچینگ فردی و سازمانی؛
- پرورش اساتید و مدرسین با تجربه کوچینگ و کوچ‌های معتبر و تسهیل دسترسی جامعه به خدمات با کیفیت در حوزه کوچینگ؛
- ارائه خدمات کوچینگ فردی به افراد در تمام حوزه‌های زندگی، کسب‌وکار و ...؛
- ارائه **خدمات بیزینس کوچینگ** و **کوچینگ سازمانی** به افراد، سازمان‌ها و کسب‌وکارها؛
- **پرورش کوچ درون سازمانی** برای سازمان‌ها و کسب‌وکارها؛
- شبکه‌سازی و برقراری ارتباطات کاری منطقه‌ای و جهانی؛
- میزبانی رویدادهای علمی و حرفه‌ای با استانداردهای بین‌المللی؛
- سازمان‌دهی یک مرجع علمی چند زبانه بین‌المللی مرتبط با دانش کوچینگ؛
- ایجاد بستری مشترک میان تشکلهای همسو و تلاش برای جذب، جلب همکاری و تعامل با آنها.



خدمات تخصصی موسسه فراکوچ در ۵ حوزه کلی دسته‌بندی می‌شود:

۱. آموزش کوچ معتبر

بسته‌های آموزشی فراکوچ **کامل‌ترین دوره‌های آموزش کوچینگ** حرفه‌ای از نظر محتوا و قالب اجرایی هستند. محتواهای آموزشی به‌گونه‌ای طراحی شده‌اند که دانش‌پذیر طبق استانداردهای فدراسیون بین‌المللی کوچینگ (ICF)، تمام صلاحیت‌های لازم کوچینگ را آموخته و تمرین کرده باشد.

آموزش سطح ۱:

این دوره مناسب افرادی است که مشتاق فراگیری مهارتی کاربردی جهت ارتقاء سطح زندگی شخصی و شغلی خود و دیگران هستند، تمایل دارند به عنوان کوچ معتبر ملی یا بین‌المللی فعالیت حرفه‌ای و مستقل داشته باشند یا در آینده و پس از گذراندن دوره‌های تکمیلی به مدرس کوچینگ تبدیل شوند.

این دوره آموزشی ۸۴ ساعته که شامل ۳ ترم است، در مدت ۶ ماه در قالب جلسات هفتگی عموماً به صورت آنلاین برگزار می‌شود. در دوره سطح ۱ دانش‌پذیران مبانی و مهارت‌های پایه کوچینگ را در یک برنامه آموزشی منسجم که شامل ۶۰ ساعت آموزش نظری کارگاهی و ۲۴ جلسه کوچینگ می‌باشد می‌آموزند.

لازم به ذکر است صدور معتبرین مدارک ملی و بین‌المللی دوره سطح ۱ توسط موسسه فراکوچ پس از قبولی دانش‌پذیران در آزمون نهایی امکان‌پذیر خواهد بود.

آموزش سطح ۲:

دوره سطح ۲ که به نحوی دوره تکمیلی آموزش کوچینگ محسوب می‌شود، به کوچ‌هایی دانش‌آموختگان موفق در آزمون دوره آموزشی سطح ۱ توصیه می‌شود که در مسیر توسعه کسب‌وکار کوچینگ خود، در صدد برگزاری جلسات عمق بخشیدن و غنای جلسات خود اهمیت می‌دهند. کوچینگ هستند.

دانش‌پذیر سطح ۱ برای دریافت مدرک سطح ۲ باید تا سقف ۱۵۴ ساعت آموزش خود را تکمیل نماید که ۸۴ ساعت آن در دوره سطح ۱ و ۷۰ ساعت آموزش در برنامه درسی سطح ۲ گنجانده شده است.



دوره جامع

دوره جامع آموزش کوچینگ در موسسه فراکوچ تنها یک دوره آموزشی نیست. یک گام رو به جلو برای تحول زندگی در حوزه‌های توسعه فردی، سازمانی و ... است. افرادی که در دوره‌های آموزشی کوچینگ ثبت‌نام می‌کنند در می‌یابند که صرفاً در نقطه آغاز مسیر لذت‌بخش سرمایه‌گذاری روی توانایی‌های شخصی در جهت نیل به موفقیت خود هستند.

دوره جامع آموزش کوچینگ با تلفیقی از دو دوره سطح ۱ و سطح ۲ با هدف شروع از سطح مقدماتی تا تکمیل دوره و دریافت مدرک بین‌المللی L1 برای سطح ۱ و قرار گرفتن در مسیر دریافت مدرک بین‌المللی سطح ۲ تدوین گردید تا دانش‌پذیران گرامی ضمن ارتقاء مهارت‌های کوچینگ خود، به عنوان یک (کوچ حرفه‌ای در سطح ملی و بین‌المللی) فعالیت کنند.

دارندگان مدرک تحصیلی کوچینگ حرفه‌ای، افرادی که می‌خواهند در مسیر دریافت مدرک PCC باشند باید ۱۲۸ ساعت آموزش و تجربه بالغ بر ۵۰۰ ساعت حضور در جلسات کوچینگ به‌عنوان کوچ و همچنین، شرکت و قبولی در آزمون CKA را در رزومه خود داشته باشند تا بتوانند این مدرک را دریافت کنند. این افراد ملزم هستند دانش و کاربرد هنرمندانه شایستگی‌ها و صلاحیت‌های اصلی ICF، منشور اخلاقی و تعریف کوچینگ را در جلسات خود نشان دهند. این کوچ‌های حرفه‌ای همچنین، تعهد به استانداردهای اخلاقی بالا را در مایندست و روند جلسات خود جاری می‌سازند و از طریق ارزیابی دقیق، شایستگی را در استفاده از انواع رفتارها و مهارت‌ها در کار خود با مراجعان نشان می‌دهند.

طرح بورسیه آموزش کوچینگ

آکادمی بین‌المللی فراکوچ در راستای گسترش و تعالی فرهنگ کوچینگ، (طرح بورسیه آموزشی کوچینگ) را راه‌اندازی کرده است و متقاضیان حائز شرایط را جهت حضور در دوره‌های آموزش کوچینگ بورسیه می‌کند. در ادبیات آکادمی بین‌المللی فراکوچ، طرح بورسیه به فرایندی اطلاق می‌شود که طی آن متقاضی واجد شرایط میتواند به ازای بخشی از ارزش ریالی شهریه هر دوره، با انتخاب یک یا چند فعالیت مندرج در آئین‌نامه بورسیه، با آکادمی فراکوچ همکاری نماید. استفاده از این طرح برای دوره‌های آموزشی کوچینگ سطح ۱ و سطح ۲ (صرفاً برای دانش‌آموختگان سطح ۱ آکادمی فراکوچ) امکان‌پذیر است.



۲. آموزش کوچینگ سازمانی

علاوه بر کارکرد فردی، کوچینگ یک استراتژی بهبود سازمانی است و نتایج مثبتی را هم برای کارکنان و هم برای سازمان به همراه خواهد داشت که از آن جمله می‌توان به کاهش هزینه‌های استخدام، بهبود مشارکت، عملکرد، اشتیاق، مسئولیت‌پذیری و توسعه شخصی کارکنان اشاره کرد. به همین جهت، امروزه شمار مدیرانی که در نقش یک کوچ از مهارت خود به عنوان ابزاری کارآمد در افزایش بهره‌وری و توسعه داخلی سازمان یا کسب‌وکارشان بهره می‌برند، رو به فزونی است.

در مؤسسه فراکوچ، دوره‌های (آموزش کوچینگ سازمانی) با توجه به نیازهای هر سازمان، به صورت سفارشی طراحی می‌شود. بدین ترتیب که واحد منابع انسانی یا آموزش سازمان‌ها، نیازمندی‌های خود را اعلام می‌کنند و مؤسسه پس از بررسی، پیشنهادات خود را در قالب یک یا چند پروپوزال، شامل سرفصل‌ها و برنامه‌های آموزشی و موارد دیگر که منطبق با اهداف و سطوح مخاطبان است به آن سازمان ارائه می‌کند. پس از تأیید پروپوزال توسط سازمان مربوطه، برنامه‌ریزی‌ها و هماهنگی‌های لازم جهت برگزاری دوره‌ها انجام می‌شود.

۳. جلسات کوچینگ فردی

این جلسات به صورت گفتگوی مشارکتی بین کوچ و مراجع در خصوص رفع، حل، کاهش و یا بهبود مسئله‌ای که مراجع مطرح می‌کند، برگزار می‌شود و کوچ به کمک مهارت‌های خود و بدون ارائه راهکار، به مراجع کمک می‌کند تا راهکارهای منحصر به فرد خود را با نگاه به درونش بیابد و عموماً مناسب افرادی است که گشوده، انعطاف پذیر و علاقه‌مند به رشد باشند.

مؤسسه فرا کوچ جهت برگزاری جلسات کوچینگ از پشتیبانی یک تیم منسجم با عضویت بیش از ۵۰ کوچ حرفه‌ای کشوری و بین‌المللی بهره‌مند می‌باشد و تاکنون موفق به برگزاری بیش از ۱۰,۰۰۰ ساعت جلسه کوچینگ برای بیش از ۱,۰۰۰ نفر از اقشار مختلف در سراسر کشور و نیز فارسی‌زبانان ساکن اقصی نقاط جهان شده است. جلسات کوچینگ به شکل حضوری یا غیرحضوری (تلفنی یا آنلاین) و عموماً به صورت یک جلسه هفتگی یک ساعته برگزار می‌گردد. تعداد و ساعت جلسات با هماهنگی طرفین از پیش تعیین می‌شوند.

۴. جلسات کوچینگ سازمانی

یکی دیگر از خدمات مؤسسه فرا کوچ، برگزاری (جلسات کوچینگ سازمانی) می‌باشد که تاکنون برای مدیران عامل، مدیران ارشد و کارشناسان بیش از ۳۰ سازمان و شرکت بزرگ کشور انجام شده است که از آن میان می‌توان به دیجی‌کالا، همراه اول، وزارت نفت (شرکت ملی پالایش و پخش)، شرکت حمل و نقل ریلی رجا، گلگهر، بانک رفاه، مزرعه نمونه آستان قدس رضوی، پتروشیمی خراسان، شهرداری مشهد، دانشگاه علوم پزشکی همدان، اتحادیه صادرکنندگان خدمات فنی و مهندسی و ... اشاره نمود.





این جلسات به لحاظ محتوا و شکل اجرایی مشابه جلسات کوچینگ فردی است. در این نوع همکاری، مؤسسه فراکوچ مجموعه‌ای از کوچ‌های حرفه‌ای را جهت تحقق اهداف مورد نیاز سازمان‌ها و فعالان حوزه‌های مختلف کسب‌وکار و با توجه به درخواست آن‌ها در اختیارشان قرار می‌دهد.

وظیفه کوچ‌ها پشتیبانی فراگیر از مدیران سطوح مختلف و کارشناسان سازمان‌ها و شرکت‌ها جهت افزایش بهره‌وری و توسعه شغلی در راستای اهداف تعریف شده و موردنیاز می‌باشد. افراد در یک دوره زمانی مشخص، با داشتن برنامه عملیاتی و در نظر گرفتن شاخص‌های پیشرفت، گام بزرگی در راه رسیدن به اهداف، افزایش انگیزه، کشف توانمندی‌ها، افزایش مسئولیت‌پذیری و ... برمی‌دارند و موانعی که عملکرد آن‌ها را تضعیف می‌کند، می‌شناسند و رفع می‌کنند.

۵. طراحی و اجرای کارگاه‌های تخصصی برای افراد و سازمان‌ها

مؤسسه فراکوچ در راستای افزایش سطح علمی و مهارتی و با توجه به نیازسنجی و ضرورت، دوره‌ها و کارگاه‌هایی را برای مخاطبان عمومی و سازمانی خود طراحی و بعضاً اجرا نموده است. ویژگی ممتاز این دوره‌ها تمرکز بر مهارت‌های نرم، کاربردی بودن و وجود رویکرد کوچینگ در طراحی و اجرای این دوره‌ها می‌باشد. نمونه‌هایی از این کارگاه‌ها عبارت‌اند از:

* طراحی برنامه توسعه فردی IDP؛

* حل مسئله و تصمیم‌گیری؛

* حل تعارض و مدیریت بحران؛

* تاب‌آوری، اعتماد به نفس و عزت نفس؛

* ارتباط مؤثر، گوش دادن فعال و همدلی؛

* خودآگاهی، هدف‌گذاری، برنامه‌ریزی و مدیریت زمان؛

افراد و سازمان‌ها می‌توانند از خدمات ویژه مؤسسه فراکوچ جهت برگزاری رویدادهای حوزه کوچینگ بهره‌مند شوند.



تأسیس آکادمی بین‌المللی فراکوچ (اولین مرکز آموزش کوچینگ در ایران)

این مرکز اولین دستاورد مؤسسه فراکوچ می‌باشد که بر اساس استاندارد بین‌المللی، اقدام به (برگزاری دوره‌های آموزشی کوچینگ) نموده است. در حال حاضر، فراکوچ به عنوان اولین و بزرگ‌ترین مؤسسه آموزش کوچینگ در کشور موفق به پذیرش بیش از ۱۰۰ دانش‌پذیر و دانش‌آموخته کوچینگ در بیش از ۸۰ دوره آموزشی تا نیمه دوم سال ۱۴۰۱ شده است. همچنین، این مؤسسه تاکنون در حوزه توسعه فردی، سازمانی و کسب‌وکار در بیش از ۳۰ عنوان دوره کارگاهی کوتاه‌مدت و بلندمدت به صورت فردی و سازمانی برگزار نموده است.

ثبت دوره و اعطای گواهینامه ملی کوچینگ

در سال ۱۳۹۶، برای اولین بار و به درخواست هیئت‌علمی این مؤسسه، مجوز و گواهینامه رسمی و ملی در حوزه کوچینگ توسط مرکز آموزش بازرگانی کشوری صادر گردیده است و در صورت درخواست به دانش‌پذیرانی که موفق به اخذ صلاحیت‌های بین‌المللی می‌شوند، اعطا می‌گردد. علاوه بر آن، دانش‌پذیران پس از گذراندن دوره و قبولی در آزمون نهایی، گواهی حضور در دوره خود را از مؤسسه فراکوچ دریافت می‌کنند.

عضویت در پارک علم و فناوری

این موفقیت در پاییز ۱۳۹۷ با پذیرش مؤسسه فراکوچ به عنوان مؤسسه فناور و اولین استارت‌آپ حوزه خدمات کوچینگ در پارک علم و فناوری محقق گردید.

اخذ مجوز مرکز مشاوره، اطلاع رسانی و خدمات کارآفرینی

در سال ۱۳۹۷، مؤسسه فراکوچ موفق به اخذ این مجوز از اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی گردید و تحت عنوان مرکز مشاوره در حوزه تخصصی **توسعه فردی و مهارت افزایی** در کسب‌وکار فعالیت می‌نماید.

ثبت دوره‌های آموزش کوچینگ در وزارت علوم و تحقیقات و فناوری

فراکوچ در سال ۱۳۹۸ موفق به ثبت دوره‌های آموزش کوچینگ در وزارت علوم، تحقیقات و فناوری گردید.

تدوین و ثبت استاندارد شایستگی کوچینگ در سازمان فنی و حرفه‌ای کشور

دوره‌های آموزش کوچینگ در مؤسسه فراکوچ از نظر محتوا بر اساس استانداردهای فدراسیون بین‌المللی کوچینگ (ICF) طراحی شده است و کیفیت علمی و آموزشی آن‌ها به‌گونه‌ای است که این مؤسسه در خردادماه ۱۳۹۹ موفق به تدوین و ثبت استاندارد شایستگی (**کوچینگ توسعه فردی و کسب‌وکار**) در سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور گردید. جهت دانلود این استاندارد می‌توانید به آدرس ذیل مراجعه نمایید:

<https://rpc.irantvto.ir/home/standard-groups/main/30>

اخذ پروانه تأسیس آموزشگاه فنی و حرفه‌ای آزاد فراکوچ

آموزشگاه آزاد فنی و حرفه‌ای فراکوچ به عنوان زیرمجموعه آکادمی فراکوچ، از نیمه دوم سال ۱۳۹۹ در رشته‌های متعددی فعالیت خود را آغاز خواهد نمود. فراکوچ اولین آموزشگاه کشور می‌باشد که مجوز برگزاری دوره آموزشی کوچینگ با ارائه مدرک معتبر ملی قابل ترجمه دارای کد بین‌المللی ۰۸ ISCO زیرمجموعه سازمان جهانی کار (ILO) از سازمان فنی و حرفه‌ای کشور را کسب نموده است.

مزایای استفاده از گواهینامه‌های سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای:

سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور وابسته به وزارت تعاون، کار و امور اجتماعی است. مدارک فنی و حرفه‌ای بیانگر مهارت انجام یک شغل و یا حرفه هستند و به عنوان مدارک رسمی و بین‌المللی در کشورهای عضو سازمان جهانی کار (ILO) مورد پذیرش می‌باشند؛

برخی مزایای استفاده از گواهینامه‌های سازمان آموزش فنی و حرفه‌ای کشور عبارتند از:

- * جذب بهتر و سریع‌تر در بازار کار داخل و خارج و ارتقاء شغلی کارکنان در محل کار؛
- * دارا بودن اعتبار به منظور احراز صلاحیت حرفه‌ای در بخش‌های مختلف از جمله گرفتن مجوز کار و اشتغال از اداره تعاون و ...؛
- * امکان تدریس در آموزشگاه‌های آزاد فنی و حرفه‌ای در صورت دارا بودن شرایط مربیگری؛
- * استفاده از تسهیلات وام خوداشتغالی و دریافت وام مشاغل خانگی بر اساس ضوابط مربوطه؛
- * جایگزین مدارک دانشگاهی به عنوان مدرک معادل؛
- * امکان ادامه تحصیل در مراکز آموزش عالی و دانشگاه‌ها؛

دریافت تأییدیه گواهینامه L1 از ICF

آکادمی بین‌المللی فراکوچ در سال ۱۴۰۱ موفق به دریافت تأییدیه گواهینامه L1 از فدراسیون بین‌المللی کوچینگ آمریکا (ICF) گردید. این گواهینامه به فارغ‌التحصیلانی داده می‌شود که دوره تربیت کوچ سطح ۱ خود را با موفقیت گذرانده باشد.

ایجاد ساختار طرح بورسیه آموزش کوچینگ

یکی از اقدامات آکادمی بین‌المللی فراکوچ در سال ۱۴۰۱ راه‌اندازی طرح بورسیه آموزش کوچینگ می‌باشد. این طرح علاوه بر امکان شرکت در دوره‌های سطح ۱ و ۲ آموزش کوچینگ، شرایط حضور افراد برگزیده را در یک سازمان غیرمتمرکز جهت همکاری با فراکوچ فراهم می‌آورد.

عضویت‌ها:

- * انجمن صنفی مراکز مشاوره، اطلاع رسانی و خدمات کارآفرینی.
- * انجمن مدیریت منابع انسانی ایران.
- * انجمن صنفی مدیران حرفه‌ای منابع انسانی.
- * کلوپ مشاوران کسب و کار.



برگزاری رویدادها

از جمله رویدادهای برگزار شده توسط مؤسسه فراکوچ می‌توان به برگزاری بیش از ۱۰۰ رویداد آموزشی فوق برنامه شامل سمینارها، کارگاه‌ها و وبینارهای آشنایی با مهارت کوچینگ، (ارتباط مؤثر)، (مهارت‌های زندگی)، (کاهش استرس)، (بیزینس کوچینگ)، (جرأت مندی)، (مدیریت خشم)، (مدیر در نقش کوچ) و... اشاره کرد.



● بنیان‌گذار مؤسسه فراکوچ

(یاسر متحدین) مؤسس و مدیرعامل مؤسسه فراکوچ متولد ۱۳۵۸ در مشهد است. وی دانش‌آموخته رشته مهندسی صنایع و دکترای حرفه‌ای کسب‌وکار (DBA) می‌باشد که ۲۰ سال سابقه مدیریتی و اجرایی در حوزه‌های مختلف را در کارنامه خود دارد.

برخی فعالیت‌ها و سوابق اجرایی

- * تأسیس (اولین مرکز آموزش کوچینگ ایران) در قالب مؤسسه (توسعه مربیگری فراکوچ ایرانیان)؛
- * مدرس بین‌المللی دوره‌های استاندارد آموزش کوچینگ و تربیت کوچ حرفه‌ای (Life & Business Coach)؛
- * مدرس تأیید شده مرکز آموزش بازرگانی کشوری در حوزه کوچینگ سازمانی؛
- * تجربه بیش از ۲۰٫۰۰۰ نفر ساعت خدمات اجرا و آموزش کوچینگ برای افراد، مدیران و سازمان‌هایی نظیر وزارت نفت، همراه اول، پتروشیمی خراسان، دیجی کالا و ...؛
- * مدرس دوره‌های تخصصی آموزش و تربیت کوچ حرفه‌ای؛
- * نمایندگی سازمان ملل UNIDO به عنوان عامل توسعه خوشه‌های صنعتی (CDA)؛
- * تأسیس و مدیریت عاملی شرکت سرمایه‌گذاری آتیه در سال ۱۳۸۲؛
- * مدیریت واحد مهندسی صنایع کارخانه قند شیرین خراسان.

سخنرانی‌ها

- * پنجمین کنفرانس ملی آموزش و توسعه سرمایه انسانی؛
- * نمایشگاه کار و پیشه به نمایندگی از انجمن صنفی منابع انسانی؛
- * دومین گردهمایی کارآفرینان اینترنتی مشهد؛
- * همایش بررسی راهبردی چالش‌های فعلی و آتی مدیریت منابع انسانی؛
- * اولین سمپوزیوم علمی والیبال و توسعه ورزشی در دانشگاه فردوسی مشهد.

دوره‌ها، همایش‌ها و سمینارها

- * آشنایی با کوچینگ در شهرک‌های صنعتی؛ مؤسسه آموزش عالی وارستگان، مزرعه نمونه آستان قدس و ...؛
- * کاربرد مربیگری در توسعه کسب‌وکارهای نوپا و استارت‌آپ‌ها در دانشگاه‌های فردوسی، خیام، امام رضا(ع)، سجاد، سما و ...؛
- * کاربرد کوچینگ در تفویض اختیار و حل مسئله در دانشگاه علوم پزشکی همدان؛
- * آشنایی با نظام ارزش‌ها و هدف‌گذاری در مرکز آموزش بازرگانی خراسان شمالی.

ارتباط با ما:

واحد ثبت نام:

۰۹۱۰ ۸۶۲ ۹۰ ۲۰

۰۹۱۰ ۲۷۹ ۹۰ ۲۰

۰۹۱۹ ۰۱۷ ۹۰ ۲۰

واحد جلسات:

۰۹۱۹ ۸۰۰۰ ۷۴۷

دفتر مرکزی:

۰۲۱ - ۹۱۰ ۹۱۱ ۲۱

   @faracoach