

**باز نویسی موازنه قدرت ایران پس از جنگ‌های دوگانه**

**حسین دلیر-** در سالگرد آغاز جنگ ۱۲ روزه و در شرایطی به سر می‌بریم که ۱۰۵ روز از جنگ ۴۰ روزه گذشته است؛ مواجهه‌ای دوگانه که قرار بود برق‌آسا و تعیین‌کننده باشد، اما به فرسایشی پرهزینه و بی‌حاصل دچار شد. تهاجمی که با هدف وادارسازی جمهوری اسلامی به عقب‌نشینی و نهایتاً فروپاشی طراحی شده بود، به ناکامی راهبردی واشتگتن و تل‌آویو انجامید. ۵۲ روز نبرد با ماشین جنگی آمریکا و اسرائیل در خرداد و اسفند ۱۴۰۴، نه‌تنها از ظرفیت بقا و تاب‌آوری ایران پرده برداشت، بلکه مهم‌ترین مفروض سیاست قدرت را به چالش کشید؛ این باور که در سایه برتری نظامی، می‌توان اراده هر دولت-ملت مستقلى را درهم شکست.

حمله نهم اسفند، گسترده‌تر از عملیات پیشین، ذیل دکترین فلج‌سازی ساختار فرماندهی نیروهای مسلح ایران طرح‌ریزی شد. تادر کوتاه‌زمان، زنجیره تصمیم‌گیری از هم بپاشد و در سطح داخلی، زمینه فروپاشی اقتدار حکمرانی فراهم شود. هم‌زمان، موساد نیز سناریوی شورش‌های فراگیر شهری را به‌مثابه طرح مکمل پی‌ریزی کرده؛ ایده‌ای که بر تخریب زیرساخت‌ها، آشوب نهادی و فرسایش از درون تکیه داشت. در فضا‌سازی رسانه‌ای این سناریو نیز، حذف رأس تصمیم‌گیری ایران به استعاره از دن سر زده‌ها» تعبیر شد؛ تا خطای محاسباتی احتمالی در لفافه‌ای نمادین پنهان بماند.

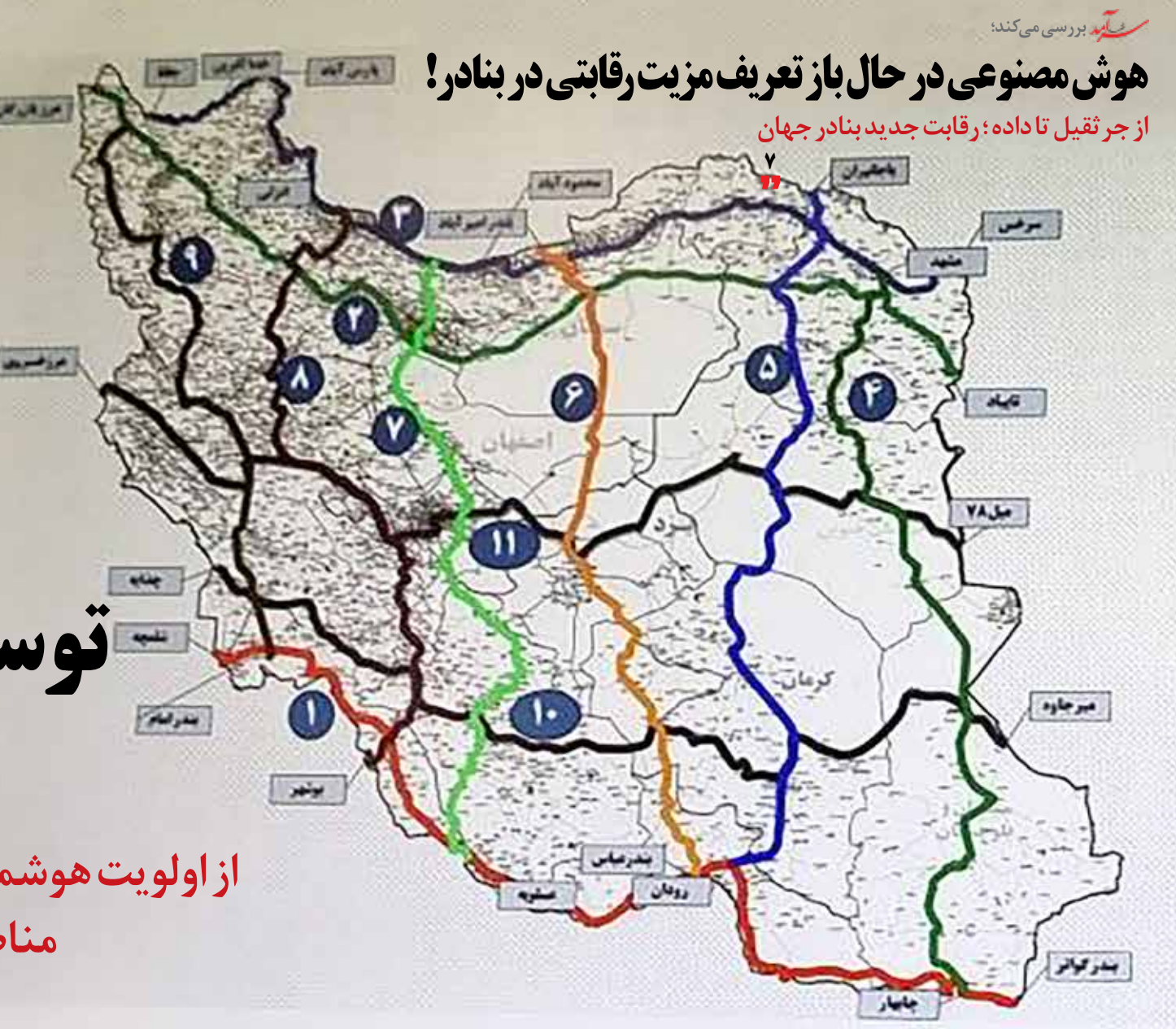
آمریکا و اسرائیل سه هدف واضح در این دو جنگ را پیگیری کردند؛ نابودی زیرساخت هسته‌ای ایران، مهار توان موشکی-پهپادی و سرانجام فروپاشی ثبات ساختاری جمهوری اسلامی. گزارش‌های پسینی اندیشکده‌ها و سرویس‌های اطلاعاتی غرب برخلاف هدف‌های سه‌گانه، تصویر دیگری را پیش چشم گذاشت. نشانه‌ای از فروپاشی ساختاری در ایران دیده نشد و حتی در میانه بحران، کشور منسجم ماند. ایران با وجود پذیرش...

صفحه ۵

**عشایم** گزارش می‌دهد:

# دولت به دنبال توسعه کریدورهای زمینی کشور

از اولویت هوشمندسازی گمرکات تا باز آفرینی مناطق آزاد توسط وزارت اقتصاد



## همراهان مفید ویتامین D

مصرف ویتامین D به تنهایی کافی نیست؛ بدن برای جذب، فعال‌سازی و استفاده بهتر از این ویتامین به چند عامل کمکی نیاز دارد

### چربی‌های سالم (برای جذب بهتر)

دلیل: محلول در چربی بودن ویتامین D

راهکار: مصرف همراه وعده غذایی (نه ناشتا)

منابع: روغن زیتون، آجیل، ماهی و تخم‌مرغ

### منیزیم (برای فعال‌سازی)

دلیل: کمک به تبدیل ویتامین D به فرم فعال و قابل استفاده در بدن

منابع: بادام، پسته، موز، اسفناج و شکلات تلخ

### ویتامین K۲ (برای هدایت کلسیم)

دلیل: انتقال کلسیم جذب‌شده به استخوان‌ها و جلوگیری از رسوب در رگ‌ها

منابع: لبنیات، پنیر و زرده تخم‌مرغ

### پروبیوتیک‌ها (برای سلامت روده)

دلیل: تقویت سیستم گوارشی و بهینه‌سازی فرآیند جذب ویتامین‌ها

منابع: ماست پروبیوتیک، کفیر و غذاهای تخمیری

### نور خورشید (برای تولید طبیعی)

راهکار: قرارگیری روزانه ۱۰ تا ۱۵ دقیقه در نور مستقیم خورشید

شرط: تماس مستقیم آفتاب با بخشی از پوست دست یا پا (بدون شیشه و ضدآفتاب)

اینفوگرافیک-اقتصادسرآمد

## سرکار خانم دکتر زهراسعدی

نماینده محترم مردم شریف شهرستان مبارکه

در گذشت ابوی گرامیتان حاج سهراب سعیدی، را به سرکار عالی، خاندان معزا تسلیت و تعزیت عرض نموده و از خداوند متعال برای آن مرحوم رحمت، مغفرت الهی و برای بازماندگان صبر مسئلت دارم.

فیروز اسماعیلی نژاد  
مدیر مسئول روزنامه اقتصادسرآمد

## مامانم می‌گه قراره یه روز خوب بیدار کاشکی داروم کم نیاد...

☁️

محمک  
مؤسسه خیریه حمایت از گروه‌های مستضعفان و سرزمین‌های محروم  
mahak-charity.org