अप्रैल–जून, 2023

त्रैमासिक न्यूजलेटर

पुनर्नवा

आशाओं के दीप.....हौसले का सूरज

बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण अब राजधानी के सबसे आधुनिक, सुरक्षित व प्रतिष्ठित इमारत सरदार पटेल भवन में

बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

आपदा प्रबंधन विभाग, बिहार सरकार

बिहार सरकार

माननीय उपाध्यक्ष की कलम से

इस तथ्य से हम सभी भली–भांति परिचित हैं कि विभिन्न प्राकृतिक एवं मानवजन्य आपदाओं के प्रति मुख्यमंत्री, बिहार सह–अध्यक्ष, बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण माननीय श्री नीतीश कुमार कितने संवेदनशील हैं। आपदाओं से बिहार को महफूज रखने के लिए वे सतत प्रयत्नरत रहते हैं। माननीय मुख्यमंत्री जी के दिशानिर्देशन में अलग–अलग आपदाओं से निबटने के लिए अलग–अलग मानक संचालन प्रक्रिया (एस. ओ. पी.), गाइडलाइन बनी हुई हैं। इसके अनुसार राज्य स्तर पर हर संबंधित विभाग और जिला स्तर पर प्रशासनिक अमला आपदा पूर्व सभी आवश्यक तैयारियां करता है। सभी जिलों एवं संबद्ध विभागों को इसे लेकर समय–समय पर विस्तृत दिशा–निर्देश दिए जाते हैं। माननीय मुख्यमंत्री स्वयं इसकी निरंतर समीक्षा करते हैं। आप अवगत हैं कि अभी अप्रैल माह में उन्होंने प्रदेश में संभावित बाढ़ व सुखाड़ की विस्तृत समीक्षा की है। इस मौके पर उन्होंने प्राधिकरण के कार्यों की विशेष रूप से सराहना भी की।

प्राकृतिक आपदाओं में अगर गर्म हवाएं और लू की बात करें तो इसका प्रकोप बिहार प्रायः हर साल झेलता है। हम सभी वाकिफ हैं, जलवायु परिवर्तन इसकी बड़ी वजह है और पूरी दुनिया इससे प्रभावित है। इसे ही ध्यान में रख माननीय मुख्यमंत्री ने जल–जीवन– हरियाली जैसी महत्वाकांक्षी अभियान की शुरुआत की। खुले स्थानों, नदियों और तटबंधों के किनारे बड़े पैमाने पर पौधरोपण को बढ़ावा दिया जा रहा है। जैविक खेती पर जोर दिया जा रहा है। इसके तहत कुल 11 योजनाओं पर काम चल रहा है। वे बराबर कहते रहे हैं कि जब तक जल और हरियाली है, तभी तक जीवन सुरक्षित है। इस मानवजन्य आपदा को कम करने के लिए जापान के प्रख्यात वनस्पतिशास्त्री डॉ अकीरा मियावाकी की तकनीक को प्राधिकरण बढ़ावा दे रहा है। इस तकनीक से शीघ्र बढ़ने वाले पेड़–पौधे लगाए जा रहे हैं। जलवायु परिवर्तन को नियंत्रित करने में निश्चय ही यह कारगर साबित होगा।

प्राधिकरण इसे लेकर कई मोर्चों पर एक साथ काम कर रहा है। जिलों और शहरों के लिए अलग–अलग आपदा प्रबंधन योजनाएं बनाई गई। इसमें लू का भी ध्यान रखा गया है। प्राधिकरण ने गर्म हवाओं और लू से आम जन को बचाने के लिए एक मार्गदर्शिका भी तैयार की है। इस हीट एक्शन प्लान में सरकार के विभिन्न विभागों और एजेंसियों को सुपरिभाषित दायित्व सौंपे गए हैं। छद्म अभ्यास (मॉकड्रिल) तथा जनसंपर्क के माध्यम से जन–जागरुकता का व्यापक अभियान राज्य भर में निरंतर चलाया जा रहा है। बच्चों–युवाओं की पूरी पीढ़ी इसके लिए तैयार की जा रही है। मुख्यमंत्री विद्यालय सुरक्षा कार्यक्रम के तहत अब तक 90 हजार विद्यालयों के 2.5 करोड़ विद्यार्थियों को लू में सुरक्षित रहने के उपायों की जानकारी दी जा चुकी है। कुल 1,81,785 मुखिया, सरपंच, पंचायत प्रतिनिधि, प्रखंड प्रमुख को प्रशिक्षण दिया गया। 2820 युवाओं को कम्युनिटी वॉलंटियर के रूप में प्रशिक्षित किया गया है। जीविका दीदियों, स्थानीय निकायों के पदाधिकारियों, पशु चिकित्सकों और पशुधन सहायकों को लगातार प्रशिक्षित किया जा रहा है। किसी भी आपदा के वक्त आम तौर पर हम पशु–पक्षियों की चिंता नहीं करते। मैं तमाम लोगों से आग्रह करूंगा कि अपने घरों की छतों, बालकनी पर घर के आंगन में या बाहर पक्षियों के लिए एक कटोरे में पानी और दाना इस भीषण गर्मी में अवश्य डालें। पक्षियों की प्राण रक्षा भी हमारा दायित्व होना चाहिए । गर्म हवाएं व लू के संभावित खतरों से आगाह करने के लिए प्राधिकरण और बिहार मौसम सेवा केंद्र ने मिलकर प्रभावी पूर्व चेतावनी तंत्र विकसित किया है। एसएमएस के जरिये हम लगातार चेतावनी संदेश और सुरक्षात्मक उपाय लाखों लोगों के मोबाइल पर प्रेषित करते हैं।

(डॉ. उदय कांत)

विषय सूची

पे.नं.

1	संपादकीय	4
2	अब एक ही छत के नीचे आपदा प्रबंधन का काम	5
3	प्राधिकरण के नए कार्यालय की कुछ झलकियां	6
4	बालासोर ट्रेन हादसे के पीड़ितों की मदद को आगे आया प्राधिकरण	7
5	बाढ़, सुखाड़ से निपटने की तैयारियों का मुख्यमंत्री ने लिया जायजा	9
6	मुख्यमंत्री ने एसडीआरएफ मुख्यालय भवन का किया शिलान्यास	12
7	मुख्यमंत्री ने बिहार मौसम सेवा केंद्र का किया शुभारंभ	13
8	डूबेगा नहीं, अब तैरेगा बिहार	15
9	बाढ़ के लिए वायु प्रदूषण जिम्मेदार....!	18
10	बाढ़ के बाद होने वाली बीमारियों से भी सावधानी है जरूरी	21
11	डायबिटीज के मरीज डाइट में अवश्य शामिल करें ये चार मिलेट्स	23
12	174 वर्षों के जलवायु इतिहास का तीसरा सबसे गर्म मई	25
13	दिव्यांगजनों को आपदाओं में महफूज रखने की तैयारी	27
14	एनडीएमए ने बीएसडीएमए की गतिविधियों को सराहा	29
15	बिहार में 9,500 सामुदायिक स्वयंसेवकों की फौज हो रही तैयार	31
16	कविता : बाढ़ में घिरे लोग	32

बिहार में आपदा प्रबंधन के क्षेत्र में बीते तीन महीने के दौरान प्राधिकरण की ओर से किए गए कार्यों और गतिविधियों का लेखा–जोखा आपको यहां मिलेगा। पाठकों से अनुरोध है कि सुझावों से हमें अवश्य अवगत कराएं। सोशल मीडिया पर हमारी मौजूदगी यहां है :

www.facebook.com/bsdma । www.instagram.com/bsdmabihar । www.twitter.com/BsdmaBihar

संपादकीय

विकास ऐसा हो जो आफत से बचाए,
ऐसा न हो जो कि आफत बन जाये।

संरक्षक मंडल

डॉ. उदय कांत मिश्र, भा.अभि.से. (से.नि.)
उपाध्यक्ष, बि.रा.आ.प्र.प्राधिकरण

पी.एन. राय, भा.पु.से. (से.नि.)
सदस्य, बि.रा.आ.प्र.प्राधिकरण

मनीष कुमार वर्मा, भा.प्र.से.(से.नि.)
सदस्य, बि.रा.आ.प्र.प्राधिकरण

मीनेंद्र कुमार, भा.प्र.से.
सचिव, बि.रा.आ.प्र.प्राधिकरण

सहायक संपादक : संदीप कमल

संपादक मंडल

वरीय सलाहकार : नीरज कुमार सिंह,
दिलीप कुमार, अशोक कुमार शर्मा,
परियोजना पदाधिकारी : डॉ. जीवन कुमार
आई.टी. : सुश्री सुम्बुल अफरोज,
मनोज कुमार
ई–मेल : info@bsdma.org
वेबसाईट : www.bsdma.org

नोटः– पुनर्नवा में प्रकाशित आलेख लेखकों के व्यक्तिगत एवं अध्ययन स्वरूप विचार हैं। लेखक द्वारा व्यक्त विचारों के लिए बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण उत्तरदायी नहीं है।

आपदा नहीं हो भारी,
यदि पूरी हो तैयारी।

राज्य में वज्रपात की घटनाएं और उससे मरनेवालों की संख्या लगातार बढ़ रही है। वज्रपात यानी ठनका आज सबसे अधिक घातक सिद्ध हो रहा है। चार वर्षों के दौरान वर्ष 2019 से 2022 के बीच कुल 1419 लोगों की मौत राज्य में ठनके से हो गई। वर्ष 2020 में सबसे अधिक 435 लोगों की जानें गई। जून, जुलाई और अगस्त इन तीन महीनों में ही सबसे अधिक मौतें होती हैं। यह मॉनसून का समय होता है और किसान–मजदूर खेतों में किसानी में लगे होते हैं। बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के एक अध्ययन में यह बात सामने आई कि राज्य का गया जिला वज्रपात से होनेवाली मौतों में सर्वाधिक प्रभावित जिला है। इसके शिकार ज्यादातर गरीब और कमजोर वर्ग के लोग ही होते हैं। राज्य में वज्रपात या किसी भी प्राकृतिक आपदा से मृत्यु होने पर मरनेवाले लोगों के आश्रितों को सरकार की तरफ से अनुग्रह अनुदान राशि के रूप में चार लाख रुपए का भुगतान किया जाता है। मुआवजे की कोई भी राशि हालांकि किसी जीवन की भरपाई नहीं कर सकती।

वज्रपात से होने वाली मौतों की रोकथाम के लिए बिहार सरकार कई अन्य मोर्चों पर भी काम कर रही है। आपदा प्रबंधन विभाग ने इंद्रवज्र ऐप्प विकसित किया है। इससे ठनका गिरने की सूचना 30 मिनट पहले मिल जाती है। इस ऐप्प को लाखों लोगों ने डाउनलोड किया है, लेकिन ग्रामीण क्षेत्रों में यह कारगर नहीं हो पा रहा है। खेतों में काम करने वाले किसानों के पास मोबाइल उपलब्ध नहीं होता। उन्हें यह संदेश नहीं मिल पा रहा है। इसे देखते हुए बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण ने सर्वाधिक प्रभावित प्रखंडों में पायलट प्राजेक्ट के तहत हूटर (ध्वनि विस्तारक) लगाने का निर्णय लिया है। इसके अतिरिक्त जन जागरूकता के लिए प्राधिकरण बड़े पैमाने पर हाट– बाजारों, मेलों आदि में नुक्कड़ नाटकों का मंचन करवाता है। गांवों में जागरूकता रथ रवाना किए जाते हैं। प्रचार–प्रसार सामग्रियों का वितरण किया जाता है।

ठनके को लेकर आमजन को खुद भी सतर्क रहना होगा। अगर पास में किसी व्यक्ति पर बिजली गिर जाए, तो फौरन डॉक्टर की मदद मांगें। याद रखें, ऐसे लोगों को छूने से आपको कोई नुकसान नहीं पहुंचेगा। फौरन उसकी नब्ज जांचें और अगर आप प्रथम उपचार देना जानते हैं तो जरूर दें। खराब मौसम के दौरान घर के बाहर न निकलें। लोहे वाली छतरी या मोबाइल फोन का इस्तेमाल न करें। हम सभी एक जिम्मेवार नागरिक होने का परिचय दें। आपदाओं के खिलाफ जंग में जागरूकता सबसे बड़ा हथियार है। जागरूक बिहार, सुरक्षित बिहार।

अब एक ही छत के नीचे आपदा प्रबंधन का काम

पटेल भवन में प्राधिकरण कार्यालय का मुख्यमंत्री ने किया उद्घाटन

मुख्यमंत्री सह अध्यक्ष बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण श्री नीतीश कुमार ने 04 मई को नेहरू पथ स्थित सरदार पटेल भवन के पांचवें तल्ले पर बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण कार्यालय का शिलापट्ट अनावरण कर एवं फीता काटकर उद्घाटन किया। उद्घाटन के पश्चात मुख्यमंत्री ने प्राधिकरण के नये कार्यालय का निरीक्षण भी किया। इस दौरान उन्होंने वहां की गई व्यवस्थाओं के संबंध में जानकारी ली। बता दें कि पटेल भवन में ही आपदा प्रबंधन विभाग पहले से कार्यरत है। मौके पर भवन निर्माण मंत्री श्री अशोक चौधरी, बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के उपाध्यक्ष डॉ. उदय कांत, मुख्यमंत्री के प्रधान सचिव श्री दीपक कुमार, मुख्य सचिव श्री आमिर सुबहानी, पुलिस महानिदेशक श्री आर0एस0 भट्टी, गृह विभाग के अपर मुख्य सचिव श्री चौतन्य प्रसाद, बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के सदस्य श्री पी0एन0 राय, बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के सदस्य श्री मनीष कुमार वर्मा, आपदा प्रबंधन विभाग के सचिव श्री संजय कुमार अग्रवाल, मुख्यमंत्री के सचिव श्री अनुपम कुमार, भवन निर्माण विभाग के सचिव श्री कुमार रवि, मुख्यमंत्री के विशेष कार्य पदाधिकारी श्री गोपाल सिंह, बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के सचिव श्री मीनेंद्र कुमार सहित अन्य वरीय पदाधिकारीगण उपस्थित थे।

प्राधिकरण के नए कार्यालय की कुछ झलकियां

बालासोर ट्रेन हादसे के पीड़ितों की मदद को आगे आया प्राधिकरण

ओड़िशा के बालासोर में हुए भीषण ट्रेन हादसे ने देश के कई राज्यों, विशेषकर बिहार को प्रभावित किया। मृतकों और घायलों की सूची में बिहार से भी बड़ी संख्या में लोग शामिल हैं। हादसे में जीवित बच गए लोग धीरे–धीरे अपने घर बिहार वापस आने लगे। बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के माननीय उपाध्यक्ष ने पीड़ित परिवारों को तत्काल, मध्यम और दीर्घकालिक सहायता के लिए पहल की। प्राधिकरण और स्थानीय गैर सरकारी संगठनों ने मिलकर एक बहुत ही असाधारण और सार्थक प्रयास किया। माननीय उपाध्यक्ष की अध्यक्षता में 09–06–2023 को विभिन्न गैर सरकारी संगठनों, बीआईएजी और यूनिसेफ की एक बैठक आयोजित की गई। माननीय उपाध्यक्ष की भावुक अपील पर और माननीय सदस्य श्री मनीष कुमार वर्मा के सक्रिय नेतृत्व के साथ गैर सरकारी संगठन और प्राधिकरण के पदाधिकारी तुरंत ही प्रभावित जिलों में जाकर पीड़ित परिवार से मिले। वहां से पीड़ित परिवारों की प्रारंभिक सर्वेक्षण रिपोर्ट भेजी। जरूरतमंद परिवार को 15 दिनों के लिए भोजन के पैकेट के माध्यम से तत्काल राहत प्रदान की गई। कुछ परिवारों को जहां जरूरत महसूस हुई, नकद सहायता राशि भी प्रदान की गई। बीएसडीएमए के पेशेवर डा. बी के सहाय, सलाहकार डॉ अनिल कुमार, वरिष्ठ सलाहकार श्री दिलीप कुमार, वरीय शोध पदाधिकारी श्री नीतीश चौधरी व श्री आलोक कुमार, माननीय सदस्य के आप्त सचिव श्री संतोष कुमार श्रीवास्तव ने राज्य के दूर–दराज के क्षेत्रों का दौरा किया। उन्होंने पीड़ितों को उनके दरवाजे पर सहायता प्रदान करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई।

माननीय उपाध्यक्ष व माननीय सदस्य की पहल पर माननीय मुख्यमंत्री श्री नीतीश कुमार ने प्रत्येक मृतक के परिजन को 2–2 लाख रूपये और प्रत्येक घायल को 50–50 हजार रूपये की राहत देने की घोषणा की। प्रभावित जिला के सभी जिलाधिकारियों को सलाह दी गई कि प्रत्येक घायल की उनके घर पर विस्तृत चिकित्सीय जांच की जाए और सरकार द्वारा उनके आगे के इलाज की व्यवस्था की जाए। इसी संदर्भ में गैर सरकारी संगठनों के साथ बीएसडीएमए की एक और बैठक 16–06–2023 को हुई और उन्होंने पीड़ितों के दरवाजे पर उनके 3 दिनों के प्रारंभिक सर्वेक्षण अभियान के दौरान अनुभवों और बाधाओं को साझा किया। इसे तार्किक निष्कर्ष तक ले जाने का निर्णय लिया गया। यह निर्णय लिया गया कि बीएसडीएमए के वरिष्ठ सलाहकार डॉ. अनिल कुमार बालासोर ट्रेन दुर्घटना के पीड़ितों से संबंधित सभी कार्यों के लिए गैर सरकारी संगठनों, टीआईएसएस और अन्य एजेंसियों व विभागों का समन्वय करेंगे। गैर सरकारी संगठनों द्वारा एकत्र किए गए डेटा को यूनिसेफ में बनाए गए केंद्रीय सॉफ्टवेयर में डाला गया था। पीड़ित परिवारों से प्राप्त आंकड़ों का विश्लेषण टीआईएसएस, मुंबई की प्रोफेसर जैकलीन जोसेफ द्वारा किया

गया। उन्होंने डेटा के विभिन्न प्रारूप साझा किए ताकि सरकार या अन्य को जहां भी जरूरत हो, हस्तक्षेप करने में सक्षम बनाया जा सके।

मजलूम खातून (पत्नी स्व कासिम मियाँ) , बरवा, जोगापट्टी, पश्चिम चम्पारण के घर पर BSDMA के अधिकारी

इसी क्रम में बीआरएलपीएस, बिहार की जीविका से संपर्क किया गया। 16–06–2023 को उनके साथ विस्तृत बैठक हुई। जीविका के अधिकारियों–स्वयंसेवकों ने बड़े पैमाने पर काम किया और वे पीड़ित परिवारों से जुड़े रहे और यह आकलन किया कि वे क्या तत्काल सहायता प्रदान कर सकते हैं। जीविका और गैर सरकारी संगठनों के सहयोग से बीएसडीएमए अधिकारियों ने मुजफ्फरपुर, पूर्वी चंपारण, पश्चिम चंपारण, मुंगेर, भागलपुर, समस्तीपुर, दरभंगा और मधुबनी जिलों में पीड़ित परिवारों के साथ दूसरे दौर की मुलाकात की। उनकी दिक्कतों को समझने का प्रयास किया गया। जहां भी आवश्यकता महसूस हुई, पीड़ित परिवारों को उनकी समस्याओं के समाधान में सुविधा प्रदान की गई। यह देखा गया कि आजीविका के लिए जीविका बहुत प्रभावी भूमिका निभा सकती है और उन्हें सतत जीविकोपार्जन योजना के माध्यम से कार्य करने की आवश्यकता है। टीआईएसएस के सहयोग से पुनर्वास कार्य योजना भी तैयार की गई है।

मृतक के परिजनों को 02–02 लाख रुपये एवं गंभीर रूप से घायलों को 50–50 हजार रुपये का अनुग्रह अनुदान देने की घोषणा

मुख्यमंत्री श्री नीतीश कुमार ने ओडिशा के बालासोर में बहनागा रेलवे स्टेशन के पास हुई भीषण रेल दुर्घटना में बिहार के प्रत्येक मृतक के परिजनों को 02–02 लाख रुपये एवं गंभीर रूप से घायलों को 50–50 हजार रुपये का मुख्यमंत्री राहत कोष से अनुग्रह अनुदान देने की घोषणा की। बालासोर रेल दुर्घटना में बिहार के यात्रियों को मदद पहुंचाने के उद्देश्य से चार अधिकारियों की एक टीम को ओडिशा सरकार, रेलवे एवं बालासोर जिला प्रशासन के साथ समन्वय एवं सहयोग हेतु भेजा गया था। प्रतिनियुक्त टीम के द्वारा बालासोर, कटक एवं भुवनेश्वर में ईलाजरत बिहार के यात्रियों से मुलाकात की गयी एवं उनके बेहतर ईलाज हेतु जिला प्रशासन एवं अस्पताल प्रशासन के साथ समन्वय स्थापित किया गया। रेल दुर्घटना में बिहार के मृत व्यक्तियों की पहचान कर उनके शव को बिहार वापस भेजने में परिजनों की मदद की गयी। मुख्यमंत्री के निर्देश पर ओडिशा के विभिन्न अस्पतालों में ईलाज के उपरांत बिहार अपने घर लौटे लोगों के स्वास्थ्य की देखभाल एवं आवश्यकता पड़ने पर आगे ईलाज हेतु जिला के मुख्य चिकित्सा पदाधिकारी सह असैनिक शल्य चिकित्सक को प्राधिकृत किया गया है। मुख्य चिकित्सा पदाधिकारी सह असैनिक शल्य चिकित्सक के द्वारा सभी घायल व्यक्तियों के घर चिकित्सा पदाधिकारी एवं स्वास्थ्य कर्मियों की एक टीम को भेजकर उनके स्वास्थ्य की जानकारी ली जाएगी तथा आवश्यकता पड़ने पर आगे ईलाज की व्यवस्था की जाएगी।

बाढ़, सुखाड़ से निपटने की तैयारियों का मुख्यमंत्री ने लिया जायजा

- आपदाओं की पूर्व तैयारियों की उच्चस्तरीय बैठक में समीक्षा की, दिए कई निर्देश
- उपाध्यक्ष व सदस्यद्वय ने प्राधिकरण की ओर से किए जा रहे प्रयासों की जानकारी दी

सीएम ने दिए अहम् दिशानिर्देश

❖ सभी तैयारियां ससमय पूरी कर ली जाए। आपदा प्रबंधन विभाग सतत् इसका अनुश्रवण करते रहे कि और क्या–क्या करने की जरूरत है ताकि लोगों को कोई दिक्कत नहीं हो।

❖ नदियों के गाद की उड़ाही एवं शिल्ट हटाने को लेकर तेजी से कार्य करें। इससे बाढ़ का खतरा भी कम रहेगा और नदियों की जल संग्रहण क्षमता भी बढ़ेगी, जिससे सिंचाई कार्य में और सुविधा होगी।

❖ जल–जीवन–हरियाली अभियान के तहत जल संरक्षण कार्य की सतत् निगरानी करें। वृक्षारोपण के कार्य को और बढ़ाया जाए।

❖ जिलाधिकारी अपने–अपने जिलों की स्थिति का आकलन करें, क्षेत्रों में जाकर वस्तुस्थिति की जानकारी लें, उसके अनुसार सभी प्रकार की तैयारियां पूर्ण रखें।

मुख्यमंत्री श्री नीतीश कुमार ने 19 अप्रैल को 01, अणे मार्ग स्थित 'लोक संवाद' में संभावित बाढ़, सुखाड़ एवं अन्य आपदाओं की पूर्व तैयारियों की समीक्षा की। बैठक में भारतीय मौसम विज्ञान विभाग के निदेशक ने इस वर्ष मॉनसून सत्र के दौरान वर्षापात के पूर्वानुमान की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि अप्रैल–मई महीने में बिहार सहित देश के अधिकांश हिस्सों में अधिकतम एवं न्यूनतम तापमान सामान्य स्तरध्औसत से अधिक रहने की संभावना है। इस अवधि में लू चलने की संभावना बताई गई है। मॉनसून ऋतु में 96 प्रतिशत औसत वर्षा होने तथा बिहार में 952 मिली मीटर वर्षा होने का पूर्वानुमान है। बैठक में आपदा प्रबंधन सह जल संसाधन विभाग के सचिव श्री संजय कुमार अग्रवाल ने प्रस्तुतीकरण के माध्यम से संभावित बाढ़, सुखाड़ एवं अन्य आपदाओं की पूर्व तैयारियों से संबंधित मुख्य बातों की जानकारी दी। उन्होंने बताया

कि मानक संचालन प्रक्रिया (एस0ओ0पी0) के अनुसार बाढ़ पूर्व सभी आवश्यक तैयारियां की जा रही हैं। सभी जिलों एवं संबद्ध विभागों को विस्तृत दिशा–निर्देश दिए गए हैं।

उन्होंने नाव संचालन, पॉलिथिन शीट, राहत सामग्री की उपलब्धता, दवा, पशुचारा, बाढ़ आश्रय स्थल, सामुदायिक रसोई, ड्राई राशन पैकेट्सध्फूड पैकेट्स, जिला आपातकालीन संचालन केंद्र आदि के संबंध में भी विस्तृत जानकारी दी। उन्होंने बताया कि बाढ़ के दौरान बाढ़ राहत शिविरों में बाढ़ पीड़ितों को सभी प्रकार की सुविधाएं उपलब्ध कराई जाती हैं। सामुदायिक रसोई का संचालन बेहतर ढंग से किया जाता है और लोगों को गुणवतापूर्ण भोजन उपलब्ध कराया जाता है। लोक स्वास्थ्य अभियंत्रण विभाग के प्रधान सचिव श्री संजीव हंस, कृषि सह पशु एवं मत्स्य संसाधन विभाग के प्रधान सचिव डॉ0 बी0 राजेन्दर, नगर विकास एवं आवास विभाग के अपर मुख्य सचिव श्री अरूनीश चावला, पंचायती राज विभाग के अपर मुख्य सचिव श्री मिहिर कुमार सिंह, लघु जल संसाधन विभाग के अपर मुख्य सचिव श्री रवि मनु भाई परमार, जल संसाधन विभाग के सचिव श्री संजय कुमार अग्रवाल, बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के उपाध्यक्ष डा. उदय कांत ने अपने–अपने विभागों द्वारा संभावित बाढ़, सुखाड़ एवं अन्य आपदाओं की स्थिति से निपटने को लेकर की गई तैयारियों के संबंध में विस्तृत जानकारी दी।

समीक्षा के दौरान मुख्यमंत्री ने कहा कि मॉनसून के आगमन के पूर्व सभी तैयारियां ससमय पूरी कर लें। अभी से इसको लेकर एक–एक चीज पर नजर रखें। आपदा प्रबंधन विभाग सतत् इसका अनुश्रवण करते रहे कि और क्या–क्या करने की जरूरत है ताकि लोगों को कोई दिक्कत नहीं हो। जिन जिलों में बाढ़ आश्रय स्थल का निर्माण कार्य पूर्ण नहीं हुआ है, वहां तेजी से इस पर कार्य करें। पिछले वर्ष सामुदायिक रसोई का संचालन बेहतर ढंग से किया गया था। इस वर्ष भी बाढ़ की स्थिति में सामुदायिक रसोई का संचालन बेहतर ढंग से किया जाए। मुख्यमंत्री ने कहा कि बाढ़ से सुरक्षा हेतु बचे हुए सभी कटाव निरोधक कार्य एवं बाढ़ सुरक्षात्मक कार्य को मॉनसून के पहले पूर्ण करें। नदियों के गाद की उड़ाही एवं शिल्ट हटाने को लेकर तेजी से कार्य करें। नगर विकास एवं आवास विभाग नगर निकायों के नवनिर्वाचित जनप्रतिनिधियों को जल्द से जल्द प्रशिक्षण करा दे ताकि उन्हें सभी दायित्वों की जानकारी हो और बेहतर समन्वय स्थापित हो सके। उन्होंने कहा कि पिछले वर्षों की तुलना में इस वर्ष गर्मी ज्यादा है। इसे ध्यान में रखते हुए सभी प्रकार की तैयारी रखें और लोगों को सचेत करें।

मुख्यमंत्री ने कहा कि हर चीज पर नजर रखनी है और पूरी तरह से सतर्क रहना है। मुस्तैदी के साथ सभी लोग लगे रहेंगे तो आपदा की स्थिति में लोगों को राहत मिलेगी। सभी संबद्ध विभाग जिलाधिकारियों के साथ बैठक कर वस्तुस्थिति की जानकारी ले और उसके आधार पर कार्य करे। उन्होंने कहा कि भू–जलस्तर पर नजर रखें और पेयजल का इंतजाम रखें। जिलाधिकारी अपने–अपने जिलों की स्थिति का आकलन करें, क्षेत्रों में जाकर वस्तुस्थिति की जानकारी लें, उसके अनुसार सभी प्रकार की तैयारियां पूर्ण रखें। बैठक में उपमुख्यमंत्री श्री तेजस्वी प्रसाद यादव, आपदा प्रबंधन मंत्री श्री शाहनवाज, वित्त, वाणिज्य कर एवं संसदीय कार्यमंत्री श्री विजय कुमार चौधरी, जल संसाधन मंत्री श्री संजय कुमार झा, लोक स्वास्थ्य अभियंत्रण मंत्री श्री ललित कुमार यादव, खाद्य एवं उपभोक्ता संरक्षण मंत्री श्रीमती लेशी सिंह, ग्रामीण विकास मंत्री श्री श्रवण कुमार, लघु जल संसाधन मंत्रीश्री जयंत राज, पशु एवं मत्स्य संसाधन मंत्री मो आफाक आलम, प्राधिकरण के उपाध्यक्ष डा. उदय कांत, मुख्यमंत्री के प्रधान सचिव श्री दीपक कुमार प्राधिकरण के सदस्य श्री पी0एन0 राय, प्राधिकरण के सदस्य सह मुख्यमंत्री के अतिरिक्त परामर्शी श्री मनीष कुमार वर्मा, मुख्य सचिव श्री आमिर सुबहानी और पुलिस महानिदेशक श्री आर0एस0 भट्टी सहित अन्य वरीय पदाधिकारीगण एवं एन0डी0आर0एफ0 और एस0डी0आर0एफ0 के पदाधिकारी उपस्थित थे।

आपदा पूर्व तैयारी को लेकर 03 जून को पुनः बैठक

इसके बाद मुख्यमंत्री ने पुनः 03 जून को संभावित बाढ़ एवं सुखाड़ की पूर्व तैयारियों की विस्तृत समीक्षा की। समीक्षा के दौरान वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से सभी जिलों के जिलाधिकारी एवं वरीय पुलिस अधीक्षकध्पुलिस अधीक्षक भी जुड़े रहे। बैठक में भारतीय मौसम विज्ञान विभाग के निदेशक ने इस वर्ष मॉनसून सत्र के दौरान वर्षापात के पूर्वानुमान की जानकारी देते हुए बताया कि मॉनसून के दौरान देश में सामान्य से कम, 96 प्रतिशत औसत वर्षा होने का पूर्वानुमान है। जून माह में बिहार में पहले होने वाली वर्षा के अनुपात में इस बार 35 से 55 प्रतिशत ही वर्षा होने की संभावना है। जून के तीसरे सप्ताह में बिहार में मॉनसून के प्रवेश करने की संभावना है। बैठक में आपदा प्रबंधन सह जल संसाधन विभाग के सचिव श्री संजय कुमार अग्रवाल ने प्रस्तुतीकरण के माध्यम से संभावित बाढ़, सुखाड़ एवं अन्य आपदाओं की पूर्व तैयारियों से संबंधित मुख्य बातों की जानकारी दी। बैठक में विभिन्न विभागों के अपर मुख्य सचिव/प्रधान सचिव/सचिव ने अपने–अपने विभागों द्वारा संभावित बाढ़ एवं सुखाड़ की स्थिति से निपटने को लेकर की गई तैयारियों के संबंध में विस्तृत जानकारी दी।

समीक्षा के दौरान मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि बाढ़ और सुखाड़ दोनों की संभावनाओं को ध्यान में रखते हुए सभी विभाग के अधिकारी और जिलाधिकारी पूरी तरह अलर्ट रहें। छोटी–छोटी नदियों को आपस में जोड़ने की कार्ययोजना बनाएं। निजी मकानों में भी लोगों को छतवर्षा जल संचयन के लिए प्रेरित करें। उन्होंने कहा कि पिछले वर्षों की तुलना में इस वर्ष गर्मी ज्यादा है। इसे ध्यान में रखते हुए सभी प्रकार की तैयारी रखें और लोगों को सचेत करें। आग लगने की घटनाएं भी सामने आ रही हैं, उससे बचाव के लिए त्वरित कार्रवाई करें। लू से बचाव के लिए भी सभी व्यवस्था रखें और लोगों को अलर्ट करें। जिलाधिकारी क्षेत्रों में जाएं और वस्तुस्थिति की जानकारी लें। वे प्रखंड स्तर पर लोगों से मीटिंग करें और उन्हें सतर्क करें। आपदा से निपटने हेतु कार्ययोजना बनाएं। बैठक में मुख्यमंत्री ने आपदा प्रबंधन विभाग द्वारा प्रकाशित पुस्तिका 'बाढ़ आपदा प्रबंधन के लिए मानक संचालन प्रक्रिया–2023' का विमोचन किया। बैठक में वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से सभी जिलों के जिलाधिकारियों ने मुख्यमंत्री को अपने–अपने जिलों में पूर्व तैयारियों के संबंध में जानकारी दी।

मुख्यमंत्री ने एसडीआरएफ मुख्यालय भवन का किया शिलान्यास

–आपदा प्रबंधन विभाग के शिलान्यास कार्यक्रम में भारी बारिश के बावजूद शामिल हुए सीएम

मुख्यमंत्री श्री नीतीश कुमार भारी बारिश के बावजूद आपदा प्रबंधन विभाग द्वारा बिहटा में आयोजित शिलान्यास कार्यक्रम में शामिल हुए। मुख्यमंत्री ने राज्य आपदा मोचन बल (एसडीआरएफ) वाहिनी मुख्यालय, बिहटा (पटना) में 287.52 करोड़ रूपये की लागत से सभी सुविधा से युक्त स्थायी भवन एवं संरचनाओं के निर्माण कार्य का शिलान्यास किया। साथ ही मुख्यमंत्री ने 152.4 करोड़ रूपये की लागत से जिला आपदा रिस्पांस फैसिलिटी–सह–प्रशिक्षण केंद्र के 18 भवनों के निर्माण कार्य का भी शिलान्यास किया। कार्यक्रम के दौरान मुख्यमंत्री ने अधिकारियों को निर्देश देते हुए कहा कि आज जिन भवनों का शिलान्यास किया गया है, उनका निर्माण कार्य ससमय पूरा हो, इस पर विशेष ध्यान दें। आपदा की स्थिति में हर तरह की गतिविधि इन केन्द्रों से संचालित होगी इसलिए इसका बेहतर ढंग से निर्माण सुनिश्चित कराएं। उन्होंने कहा कि इन केन्द्रों के फंक्शनल हो जाने के बाद राज्य में आपदाओं के दौरान खोज, बचाव एवं राहत आदि कार्यों के त्वरित एवं प्रभावी ढंग से निष्पादन संभव हो सकेगा। इस अवसर पर भवन निर्माण मंत्री श्री अशोक चौधरी, आपदा प्रबंधन मंत्री श्री शाहनवाज, बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के उपाध्यक्ष डा. उदय कांत, सदस्य श्री पी0एन0 राय, मुख्यमंत्री के प्रधान सचिव श्री दीपक कुमार, मुख्य सचिव श्री आमिर सुबहानी, आपदा प्रबंधन विभाग के सचिव श्री संजय कुमार अग्रवाल, मुख्यमंत्री के सचिव श्री अनुपम कुमार, भवन निर्माण विभाग के सचिव श्री कुमार रवि सहित एनडीआरएफ एवं एसडीआरएफ के अधिकारीगण उपस्थित थे।

मुख्यमंत्री ने बिहार मौसम सेवा केंद्र का किया शुभारंभ

–मोबाइल ऐप 'मौसम बिहार' का लोकार्पण, आपदाओं के पूर्वानुमान की मिलेगी सूचना

–मौसम की सटीक जानकारी के लिए मोबाइल ऐप विकसित करनेवाला पहला राज्य

मुख्यमंत्री श्री नीतीश कुमार ने 27 मई को सरदार पटेल भवन की छठी मंजिल पर बिहार मौसम सेवा केंद्र का फीता काटकर शुभारंभ किया। शुभारंभ के पश्चात मुख्यमंत्री ने बिहार मौसम सेवा केंद्र के कार्यालय के विभिन्न प्रभागों– वर्क स्टेशन, हेल्प डेस्क, स्वचालित वर्षा मापक यंत्र, सर्वर रूम आदि का निरीक्षण किया और वहां की कार्यप्रणाली की जानकारी ली। इस अवसर पर मुख्यमंत्री का स्वागत ऊर्जा सह योजना एवं विकास मंत्री श्री बिजेंद्र प्रसाद यादव ने पुष्प गुच्छ भेंटकर किया।

इस अवसर पर बिहार मौसम सेवा केंद्र के वरिष्ठ वैज्ञानिक एवं संयुक्त निदेशक (तकनीकी) डॉ0 सी0एन0 प्रभु ने प्रस्तुतीकरण के माध्यम से केंद्र की गतिविधियों एवं सेवाओं के संबंध में विस्तृत जानकारी दी। उन्होंने बताया कि हर प्रखंड के स्तर पर स्वचालित मौसम केंद्र और पंचायत स्तर पर वर्षामापक केन्द्र की स्थापना की गई है। इनके माध्यम से वर्षा, तापमान, आर्द्रता, हवा की गति और दिशा तथा वायुमंडलीय दाब के संबंधी आंकड़े एकत्र किए जाते हैं। आंकड़ों को संबंधित विभागों यथा– कृषि, आपदा प्रबंधन, जल संसाधन तथा अन्य विभागों के साथ–साथ जिलों को भी उपलब्ध कराई जा रही है जिससे किसान एवं आम लोग लाभान्वित हो रहे हैं।

बिहार मौसम सेवा केंद्र 24 घंटे कार्यरत रहेगा और लोग दूरभाष एवं मोबाइल ऐप के माध्यम से मौसम संबंधी सूचना प्राप्त कर सकेंगे। इससे पंचायत स्तर तक के मौसम का पूर्वानुमान किया जाता है। शीतलहर, ओलावृष्टि, कोहरे की भी निगरानी की जायेगी और उसका पूर्वानुमान लगाया जायेगा। इससे लोगों को सलाह एवं चेतावनी दी जा सकेगी। हेल्प डेस्क पर कॉल कर लोग अपने प्रखंड एवं पंचायत के मौसम पूर्वानुमान की जानकारी ले सकेंगे।

भारतीय मौसम विज्ञान विभाग के बिहार में 19 स्वचालित मौसम केंद्र स्थापित हैं। इससे मौसम पूर्वानुमान की सही जानकारी नहीं मिल पाती थी। बिहार मौसम सेवा केंद्र द्वारा 487 सेवा केंद्र स्थापित किए गए हैं जिससे मौसम के संबंध में सटीक जानकारी मिल पाएगी।

मुख्यमंत्री ने बिहार मौसम सेवा केंद्र द्वारा विकसित मोबाइल ऐप 'मौसम बिहार' के लोकार्पण के पश्चात कहा कि बिहार मौसम सेवा केंद्र का शुभारंभ कराया गया है, यह बहुत खुशी की बात है। इसके लिए मौसम वैज्ञानिकों को शुभकामनाएं देता हूं और उम्मीद करता हूं कि उच्च कोटि की कार्यकुशलता के साथ वे निरंतर कार्य करते रहेंगे। इस केन्द्र के माध्यम से पंचायत स्तर तक मौसम संबंधी पूर्वानुमान का कार्य

बेहतर ढंग से किया जा रहा है, जिसे बढ़ाकर राजस्व ग्राम स्तर तक किया जाए ताकि प्रत्येक गांव के किसान इसका समुचित लाभ ले सकें। इससे किसान बीजों की बुआई और फसलों की कटाई आदि कार्यों को सही समय पर कर सकेंगे। बिहार में हर वर्ष बाढ़, सुखाड़, शीतलहर, लू, चक्रवातीय तूफान, वज्रपात आदि प्राकृतिक आपदाओं के कारण जान–माल की क्षति होती है। बिहार मौसम सेवा केंद्र के माध्यम से प्राकृतिक आपदाओं के पूर्वानुमान की सूचना प्रसारित कर लोगों को सतर्क किया जाएगा जिससे कम–से–कम क्षति होगी।

इस अवसर पर ऊर्जा सह योजना एवं विकास मंत्री श्री बिजेंद्र प्रसाद यादव, जल संसाधन सह सूचना एवं जन–संपर्क मंत्री श्री संजय कुमार झा, बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के उपाध्यक्ष डा. उदय कांत, मुख्यमंत्री के प्रधान सचिव श्री दीपक कुमार, मुख्य सचिव श्री आमिर सुबहानी, पुलिस महानिदेशक श्री आर0एस0 भट्टी, गृह विभाग के अपर मुख्य सचिव श्री चौतन्य प्रसाद, मुख्यमंत्री के प्रधान सचिव डॉ0 एस0 सिद्धार्थ, बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण क` सदस्य श्री मनीष कुमार वर्मा, योजना एवं विकास विभाग के अपर मुख्य सचिव श्री अरुणीश चावला, मुख्यमंत्री के सचिव श्री अनुपम कुमार, अपर पुलिस महानिदेशक मुख्यालय श्री जे0एस0 गंगवार, अपर पुलिस महानिदेशक, विशेष शाखा श्री सुनील कुमार, मुख्यमंत्री के विशेष कार्य पदाधिकारी श्री गोपाल सिंह व बिहार मौसम सेवा केंद्र के निदेशक श्री संजय कुमार पंसारी भी मौजूद थे।

डूबेगा नहीं, अब तैरेगा बिहार

बिहार में बच्चों और युवाओं को तैराकी सिखाने वाले अभियान को विशेषज्ञों से लेकर आम लोग तक उम्मीद भरी नजर से क्यों देख रहे हैं?

- पुष्यमित्र

यह जून महीने की एक तपती सुबह है. दो दर्जन से अधिक बच्चे एनएच–31 पर डुमर पुल के नीचे बरंडी नदी में तैरना सीख रहे हैं. नदी में बांस–बल्लियों का घेरा बनाकर उसे चारों तरफ जाल से घेर दिया गया है. इन बच्चों के तैराकी प्रशिक्षण का यह दूसरा दिन है. कटिहार जिले की मखदमपुर पंचायत में चल रहे इस तैराकी प्रशिक्षण शिविर का यह दूसरा बैच है. पहले बैच में 30 बच्चे तैराकी, डूबते लोगों को बचाने और उन्हें प्राथमिक उपचार देना सीख चुके हैं.

नदी किनारे बैठकर इस प्रशिक्षण को देख रहे नंदग्राम जरलाही गांव के सुधीर कुमार महलदार कहते हैं, ''इस बैच में मेरा बच्चा भी सीख रहा है, 11 साल का है. अब जो बच्चा सब हेलना (तैरना) सीख गया है तो अब नदी में डूबने का डर नहीं रहेगा. ट्रेनर लोग कहते हैं, ई बचवा सब एतना ट्रेन्ड हो गया है कि कोई डूबा भी तो ई लोग बचा लेगा.''

बरंडी नदी के इस घाट पर बच्चों को तैरना सीखता देखकर सहज ही जाने–माने गांधीवादी पर्यावरणविद् अनुपम मिश्र का वह बहुचर्चित आलेख याद आता है, जिसका शीर्षक है, ''तैरने वाला समाज डूब रहा है.'' यह आलेख उन्होंने 2004 में बिहार में आई भीषण बाढ़ के संदर्भ में लिखा था. आलेख में उन्होंने कहा था कि अगर बिहार के लोग हर साल बाढ़ में डूबते हैं, तो उसकी एक वजह यहां के लोगों का नदियों से सहज रिश्ता खत्म होना है. कभी यहां के लोग हिमालय से उतरने वाली नदियों–जलधाराओं

और तालाबों में तैरते थे, अठखेलियां करते थे. आज उन्होंने खुद को नदियों से काट लिया है जिसकी वजह से डूबकर जान गंवाने वालों की संख्या भी बढ़ गई है.

इस आलेख की प्रेरणा मानें या राज्य में डूबने से होने वाली मौतों के बढ़ते आंकड़ों का असर, बिहार में छह से 18 साल के बीच की उम्र के बच्चों को तैराकी सिखाने का यह अभियान इस समय जोर पर है. बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकार (बीएसडीएमए) ने 2019 में सुरक्षित तैराकी अभियान शुरू किया था. हालांकि 2021 तक कोरोना की वजह से यह अभियान जोर नहीं पकड़ पाया. मगर 2022 और 2023 में इसे अच्छी सफलता मिली है. इस साल अब तक 1,032 बच्चों को तैराकी सिखाई जा चुकी है जबकि बीते साल यह संख्या 1,320 थी.

इस परियोजना को देख रहे बीएसडीएमए के अधिकारी डॉ. जीवन कुमार के शब्दों में, ''आंकड़े बताते हैं कि राज्य में हर रोज औसतन तीन लोगों की मौत डूबने से हो रही है. इनमें बच्चों की संख्या काफी अधिक है. हमारा मकसद है कि ये बच्चे तैरना सीख जाएं, फिर खुद भी ऐसी आपदा से बचें और दूसरों को भी बचाएं.'

डूबने से होने वाली मौतें पिछले तीन वर्षों के दौरान बिहार में एक बड़ी आपदा साबित हो रही हैं. 2018 में जहां डूबने से 205 लोगों की मौत हुई थी, वहीं 2020, 2021 और 2022 में यह आंकड़ा पांच गुने को पार कर गया. बीएसडीएम के उपाध्यक्ष उदयकांत मिश्र बताते हैं, ''वैसे तो डूबने की कई वजहें हैं, मगर नदियों में सैंडमाइनिंग या ईंट भट्टों के लिए मिट्टी खोदने की वजह से गड्ढे हो जाते हैं और उनमें पानी होता है तो लोगों को गहराई का पता नहीं चलता. इनमें डूबने से काफी मौतें होती हैं.''

कटिहार जिले में पिछले पांच साल में 90 लोगों की डूबने से मौत हुई है. इनमें ज्यादातर बच्चे हैं. कटिहार के डीएम रवि प्रकाश जो सुरक्षित तैराकी के इस अभियान में काफी रुचि ले रहे हैं, कहते हैं, ''डूबने से होने वाली मौतों का सिर्फ बाढ़ से रिश्ता हो, ऐसी बात नहीं. ज्यादातर मौतें सामान्य दिनों में होती हैं. बाढ़ के वक्त लोग अमूमन सतर्क रहते हैं, इसलिए लोग उतनी संख्या में नहीं डूबते.''

बिहार का यह सुरक्षित तैराकी अभियान बांग्लादेश के 'स्विम–सेफ कैंपेन' से प्रभावित बताया जाता है. नदियों, तालाबों और सुंदरबन डेल्टा के बीच बसे बांग्लादेश में 2003 तक हर रोज औसतन 50 बच्चों की मौत डूबने से हो जाती थी. इन दुर्घटनाओं को टालने के लिए 2006 में 'स्विम–सेफ कैंपेन' के तहत देश के दो लाख से अधिक बच्चों को तैराकी सिखाई गई. बच्चों के लिए काम करने वाली संस्था यूनिसेफ के मुताबिक वहां इस अभियान के बाद डूबने से होने वाली मौतों में 90 फीसद तक कमी आई.

उदयकांत मिश्र बताते हैं, ''हमने भी यूनिसेफ की सलाह से इस अभियान की शुरुआत की है. हमने इसे तैयार करने में नदियों पर आश्रित रहने वाली बिहार की निषाद जाति की भरपूर मदद ली है. मल्लाहों और मछली पकड़ने वालों से मिले टिप्स हमने अपने ट्रेनिंग मॉड्यूल में शामिल किए हैं.''

तैराकी सिखाने वाले ट्रेनरों में भी निषाद जाति के लोग ठीक–ठाक संख्या में मिलते हैं. कटिहार के फलका में निशिंद्रा घाट पर तैराकी सिखाने वाले पांच में से तीन प्रशिक्षक कृष्ण कुमार, पवन महलदार और नरेश महलदार मछुआरे हैं. पूरे बिहार में इस वक्त 390 ट्रेनर बच्चों को तैराकी सिखा रहे हैं. इन्हें पटना के गाय घाट स्थित नेशनल इनलैंड नेविगेशन इंस्टीट्यूट में तैराकी सिखाने का नौ दिन का प्रशिक्षण दिया गया है.

मगर ऐसा नहीं है कि बिहार के सुरक्षित तैराकी अभियान में सब कुछ अच्छा ही है. इस अभियान में तैराकी सीखने वालों में ज्यादातर लड़के हैं, लड़कियां नगण्य हैं, जो चिंता का विषय है. साल 2022–2023 के दौरान चले प्रशिक्षण में एक भी लड़की तैराकी नहीं सीख पाई है. डॉ. जीवन इसकी वजह बताते हैं, ''दरअसल 2019–20 में हमने लड़कियों को भी इस प्रशिक्षण में शामिल किया था. पहले चरण में 24 लड़कियों ने मास्टर ट्रेनर के प्रशिक्षण में सफलता पाई थी. उस साल 200 के करीब बच्चियों ने तैराकी सीखी भी. मगर इस बीच ट्रेनर लड़कियों में से कई की शादी हो गई और जो बचीं, उनके लिए प्रशासन ट्रेनिंग का माहौल उपलब्ध नहीं करा पा रहा है. हम जल्द स्थानीय प्रशासन के लोगों से बात कर इस दिशा में कदम उठाने जा रहे हैं.''

तैराकी के इस हुनर ने कई बच्चों के सपनों को एक नई उड़ान भी दी है. कटिहार में डुमर पुल के नीचे तैराकी सीख रहे पांचवीं कक्षा के छात्र राकेश कहते हैं, श्श्मैं इस खेल में मेडल जीतना चाहता हूं.'' राकेश के प्रशिक्षक को भी लगता है कि उनमें जिला और राज्य स्तर की प्रतियोगिताओं में मेडल जीतने की क्षमता है. इस दिशा में काम भी हो रहा है. कटिहार में बीएसडीएमए का काम देख रहे आपदा प्रबंधन विशेषज्ञ अमन कुमार बताते हैं, ''हम लोग प्रशिक्षण पूरा होने पर हर बैच में प्रतियोगिता कराते हैं और छह बच्चों को चुनते हैं. उन्हें आगे बढ़ने में मदद मिले, इसके लिए हम जिला प्रशासन से अनुरोध करेंगे.'' कटिहार के डीएम रवि प्रकाश कहते हैं, ''हम ऐसे बच्चों को जरूर बढ़ावा देंगे और इनके लिए प्रतियोगिताओं का आयोजन कराएंगे''

क्या यह अभियान नदियों, तालाबों में डूब रहे लोगों की जान बचाने और आपदाओं से होने वाली मौतों की संख्या कम करने में मददगार साबित होगा? बिहार में बाढ़ और जल से जुड़ी आपदाओं के मसले पर काम करने वाली संस्था मेघ पइन अभियान के प्रमुख एकलव्य प्रसाद कहते हैं, ''पहली नजर में यह अभियान सकारात्मक लग रहा है. हालांकि अभी शुरुआत है, इसे ठीक से लागू करने की चुनौतियां भी हैं. मगर वे समय के साथ ठीक हो जाएंगी.''

वहीं अनुपम मिश्र के करीबी रह चुके लेखक–पत्रकार सोपान जोशी इस परियोजना में कई संभावनाएं देखते हैं. उनके मुताबिक, ''ऐसी योजना के कई दूरगामी फायदे भी हो सकते हैं. कुछ बढ़िया तैराक तैयार हों और नदियों से खेलने वाले इस इलाके में पानी से खेलने की संस्कृति लौटे. प्रशिक्षण ऐसा हो कि बच्चों में अपनी नदियों, मिट्टी और खेती–बाड़ी को देखने की दृष्टि वापस आए.'' बच्चों से लेकर विशेषज्ञों और आम लोगों तक यह उम्मीद का अभियान बन चुका है. **(इंडिया टूडे हिंदी से साभार)**

बाढ़ के लिए वायु प्रदूषण जिम्मेदार....!

सूखे के बाद भीषण बाढ़ की चपेट में आए कई राज्य। बारिश नहीं बल्कि वायु प्रदूषण की वजह से मची है भारी तबाही। (आलेख **डाउन टू अर्थ** के आर्काइव से साभार)

बिहार की राजधानी पटना में कंगन घाट के निकट गंगा का जलस्तर बढ़ने से बाढ़ जैसी स्थिति पैदा हो गई। इससे निकटवर्ती इलाकों में जनजीवन पूरी तरह अस्त–व्यस्त हो गया। फोटो : सचिन कुमार

वर्ष–2018 के अप्रैल महीने में जब असम में बाढ़ आई तो सबने यही सोचा कि बूढ़ीदिहिंग और देसांग नदियों का उफनता जलस्तर जल्दी ही नीचे चला जाएगा। लेकिन ऐसा नहीं हुआ। यह बाढ़ अगस्त के अंत तक खिंच गई। इससे राज्य का करीब 90 प्रतिशत क्षेत्र और 40 लाख लोग प्रभावित हुए। गुवाहाटी विश्वविद्यालय के पर्यावरण विज्ञान विभाग के पूर्व प्रमुख डी.सी. गोस्वामी ने बताया, "कुल बरसात और भौगोलिक क्षेत्र दोनों लिहाज से मानसून से पहले होने वाली वर्षा उस साल काफी अधिक हुई।" हैदराबाद के नेशनल रिमोट सेंसिंग सेंटर के मुताबिक, बूढ़ीदिहिंग और देसांग नदियां 25 अप्रैल को ही पहली बार खतरे के निशान को पार कर गई और छह जिलों–डिब्रूगढ़, शिवसागर, जोरहाट, तिनसुकिया, काछार और सोरायदेवो को अपनी चपेट में ले लिया। विशेषज्ञों के अनुसार मानसून के पहले होने वाली भारी वर्षा ने पश्चिमी विक्षोभ की बढ़ती आवृत्ति से संबंधित ठोस प्रमाण उपलब्ध कराए हैं। अधिक बारिश की यह भी एक वजह है। गुवाहाटी के क्षेत्रीय मौसम विज्ञान केंद्र के अनुसार, राज्य में होने वाली बारिश मार्च–अप्रैल में सामान्य से 21 फीसदी अधिक थी।

विडंबना यह है कि असम एक तरफ जहां भीषण बाढ़ का सामना कर रहा है, वहीं राज्य में एक जून से 16 अगस्त के बीच औसत से 25 प्रतिशत कम बारिश हुई है। कम बारिश के बावजूद आखिर यह बाढ़ क्यों? आंकड़ों के मुताबिक, प्रत्येक बाढ़ अत्यधिक वर्षा के बाद ही आती है। भारतीय मौसम विज्ञान विभाग (आईएमडी) अत्यधिक वर्षा की घटना को दो श्रेणियों में बांटता है। इसके अनुसार, 24 घंटे में अगर 124.5–244.4 मिमी वर्षा हुई तो इसे 'बहुत भारी' वर्षा और अगर इससे भी अधिक बारिश हुई तो उसको 'अत्यंत भारी' की श्रेणी में रखा जाएगा।

सूखा झेल रहे राज्यों में बाढ़ का कहर

उसी साल असम के अलावा 19 राज्यों में करीब एक करोड़ लोग अगस्त के तीसरे सप्ताह तक बाढ़ से प्रभावित हो चुके थे। इनमें से अधिकतर मानसून की पहली बारिश से ही इस बाढ़ की चपेट में आ चुके थे। उल्लेखनीय है कि इनमें से कुछ राज्य बाढ़ से पहले सूखे की मार झेल रहे थे। उदाहरण के लिए मध्य प्रदेश में बाढ़ अप्रैल–मई के सूखे के बाद आई। यहां निर्धारित समय पर मानसून शायद ही पूरे राज्य में पहुंचा था और आईएमडी के अनुसार तो कुछ हिस्से तेज गर्मी और लू की चपेट में थे। इसी तरह बिहार में उस वर्ष एक जून से 22 अगस्त के बीच कुल वर्षा सामान्य से 15 फीसदी कम रही थी। लेकिन 21 अगस्त तक बिहार के पटना सहित 23 जिलों में कुल 38 लाख लोग बाढ़ का सामना कर रहे थे। हालांकि, बिहार स्थित गैर–लाभकारी संस्था 'बाढ़ मुक्ति अभियान' के निदेशक डी.के. मिश्रा का कहना है, "वर्ष 2007 के बाद से राज्य में कुल मौसमी वर्षा असामान्य रूप से कम रही है। इस साल नेपाल में हुई भारी वर्षा के कारण बाढ़ ने राज्य में विकराल रूप धारण कर लिया था।"

विश्वव्यापी है यह कहर

तूफान, बादल फटना और बाढ़ जैसी घटनाएं दुनियाभर में तबाही मचा रही हैं। तमाम उपग्रह तकनीक और उपायों के बावजूद वैज्ञानिकों के लिए इन घटनाओं की भविष्यवाणी करना मुश्किल होता जा रहा है। वैज्ञानिकों के बीच इस बात पर आम सहमति बनती दिख रही है कि भविष्यवाणी में अनिश्चितता की वजह बादल हैं। पुणे स्थित इंडियन इंस्टीट्यूट ऑफ ट्रोपिकल मेटेरोलोजी में भौतिकी एवं उष्णदेशीय मेघ कार्यक्रम की मुख्य परियोजना वैज्ञानिक थारा प्रभाकरन के मुताबिक,"यह सब जानते हैं कि बादल ही मौसम के वाहक हैं। वे जल चक्र को सक्रिय करते हैं जिसकी वजह से बारिश होती है।" ये बादल वैश्विक जलवायु प्रणालियों और उनके स्थानीय प्रभाव के बीच मध्यस्थ के तौर पर भी काम करते हैं। फिर भी वैज्ञानिकों में बादलों को लेकर काफी कम समझ है।

बाढ़ के लिए एरोसॉल है जिम्मेदार!

जैसे–जैसे मौसम से संबंधित चरम घटनाओं की आवृत्ति बढ़ रही है, वैज्ञानिक भी बादलों के पीछे का रहस्य सुलझाने को बेचैन हो रहे हैं। अब ज्यादातर वैज्ञानिकों ने बादल के एक विशेष पहलू की पहचान कर ली है, जो बादल के निर्माण और विकास में अहम भूमिका निभाता है और जाहिर तौर पर मौसम को प्रभावित करता है। यह है एरोसॉल।

एरोसॉल ऐसे कार्बनिक और अकार्बनिक कण हैं जो वातावरण में लगातार उत्सर्जित किए जा रहे हैं। ये प्राकृतिक भी हो सकते हैं जैसे धूल, ज्वालामुखी से निकली राख और पौधों से उत्सर्जित वाष्प। या फिर कृत्रिम जैसे खेती से निकली धूल, वाहनों से निकला धुआं, खानों से उत्सर्जन और ताप विद्युत संयंत्रों

से निकली कालिख भी एरोसोल उत्सर्जन के लिए जिम्मेदार है। यही सूक्ष्म प्रदूषक (कण) उस जगह का निर्माण करते हैं, जहां वाष्प संघटित होकर वर्षा की बूंदों को तैयार करती है।

प्रभाकरन कहती हैं, "माना जाता है कि बादलों का मौसम पर पड़ने वाला प्रभाव इसी सूक्ष्म स्तर से शुरू होता है।" उदाहरण के लिए वातावरण में एरोसोल के प्रकार और उनकी बहुतायत बादलों के व्यवहार को नियंत्रित करती है। आसमान में निचले बादल सौर विकिरण को रोकते हैं जिससे पृथ्वी ठंडी रहती है। जबकि अपेक्षाकृत ऊंचे बादल धरती से वापस विकिरण को रोक लेते हैं जिससे धरती का तापमान बढ़ जाता है। ये दोनों प्रक्रियाएं न हो तो पृथ्वी सात डिग्री गर्म रहेगी।

यरूशलेम में हिब्रू विश्वविद्यालय के इंस्टीट्यूट ऑफ अर्थ साइंस के प्रोफेसर डेनियल रोजेन्फेल्ड ने बताया कि एरोसोल की संख्या जितनी अधिक होगी, बादल में बूंदों की संख्या उतनी ही ज्यादा रहेगी। हालांकि, बादल में अधिक बूंदों से जरूरी नहीं कि वर्षा भी अधिक ही हो। कई बार पानी की बूंदे बहुत छोटी–छोटी बनती है जिनसे बारिश नहीं हो पाती। बड़ी बूंदें ही बरसात कराती हैं। दूसरे शब्दों में कहें तो प्रदूषित हवा बरसात नहीं होने देती।

वाटर रिसोर्स रिसर्च जर्नल में वर्ष 2008 में प्रकाशित एक अध्ययन रोजेन्फेल्ड के अवलोकन की पुष्टि करता है। धूल और वर्षा आपस में किस प्रकार संबंधित है, इसे समझने के लिए अमेरिका के वर्जीनिया विश्वविद्यालय और नासा के गोडार्ड इंस्टीट्यूट फॉर स्पेस स्टडीज के शोधकर्ताओं ने एरोसोल सूचकांक, बहने वाली हवा की दिशा और मध्य व उत्तरी अफ्रीका के साहेलियन विस्तार का 1996 से 2005 तक विश्लेषण किया। उनके विश्लेषण से पता चलता है कि छोटे–छोटे धूल कणों ने तमाम छोटी बूंदों के लिए जगह बनाईं, जिससे बरसात के लिए जरूरी बड़ी बूंदें नहीं बन पाईं। रोजेन्फेल्ड का कहना है कि हल्के बादलों के लिए यह सामान्यतः सही है, लेकिन प्रदूषित बादल बड़ी तबाही लाने में सक्षम हैं।

बिजली चमकने और बादल फटने में भी है इसकी भूमिका

रोजेन्फेल्ड का कहना है कि संवहन के कारण कभी–कभी प्रदूषित बादल काफी ऊंचाई तक चले जाते हैं। ऊंचाई पर जाकर बादल की बूंदों का व्यवहार बदल जाता है। वहां वे आपस में मिलकर पर्याप्त बड़ा आकार पाने में सक्षम हो जाती हैं और फिर ये बूंदें वर्षा के रूप में गिरती हैं। नई दिल्ली स्थित भारतीय मौसम विज्ञान केंद्र में क्षेत्रीय मौसम विभाग के प्रमुख एम. मोहपात्रा के मुताबिक, इन बादलों को 'क्यूमूलोनिम्बस' के तौर पर जाना जाता है, जो बवंडर, ओलावृष्टि, तूफान और बादल फटने जैसी मौसम की चरम घटनाओं के लिए जिम्मेदार है। एरोसोल का मौसम के उतार–चढ़ाव पर अच्छा–खासा प्रभाव पड़ सकता है। बादल में पानी की मात्रा को एक बार में बरस पड़ने के लिए मात्र एक ट्रिगर या सक्रिया बिंदु ही चाहिए। यही वजह है कि ऊंचे बादल जब हिमालय घाटी कि तरफ बढ़ते हैं तो अक्सर बादल फटने की घटना हो जाती हैं।

आईआईटी, दिल्ली के वायुमंडलीय विज्ञान केंद्र में सहायक प्रोफेसर साग्निक डे कहते हैं, "यह सच है कि आज के समय में बादलों के गुण को लेकर आंकड़ों की भारी कमी है।" बेहतर और विस्तृत उपग्रह चित्रण की वजह से जैसे–जैसे सही और अधिक आंकड़े उपलब्ध हो रहे हैं, वैज्ञानिकों का रुझान भी बादलों के बदलते स्वरूप और इसकी वजह से मौसम की असामान्य घटनाओं को समझने की तरफ बढ़ रहा है।

बाढ़ के बाद होने वाली बीमारियों से भी सावधानी है जरूरी

- **स्मिता सिंह (स्वास्थ्य, सौंदर्य, रिलेशनशिप, साहित्य और अध्यात्म संबंधी मुद्दों पर शोध परक पत्रकारिता का अनुभव।) (हेल्थ शॉट्स हिंदी से साभार)**

बाढ़ के कारण घरों के आसपास जमा हुआ पानी या बाढ़ खत्म होने के बाद का घर और परिवेश दोनों स्वास्थ्य के अनुकूल नहीं है। इससे कई जलजनित बीमारियां हो सकती हैं, जिनसे बचाव के उपाय करना जरूरी है। हाल में ही कई बड़े शहरों में नदियों का जलस्तर बढ़ने और जल जमाव की वजह से बाढ़ जैसी स्थिति उत्पन्न हो गई। कई दिनों से पानी के घर और रास्ते में जमाव होने के कारण पानी के प्रदूषित होने की संभावना कई गुना बढ़ गई। वाटर पाइप के जमीन के अंदर होने से घरों और सोसाइटी तक पहुंचने वाले पानी से इन्फेक्शन का डर एक महीने तक बना रहेगा। वर्ल्ड हेल्थ आर्गेनाईजेशन इस बात के लिए आगाह करता है कि बाढ़ और जलजमाव वाले क्षेत्र में विशेष सतर्कता बरतने की जरूरत है। हेल्थकेयर एक्सपर्ट मानते हैं कि बच्चों के साथ–साथ बुजुर्गों को बाढ़ के बाद भी कई बीमारियां होने की आशंका बढ़ जाती है।

कई गुना बढ़ जाता है जलजनित बीमारियों का जोखिम

उजाला सिग्नस ग्रुप ऑफ हॉस्पिटल्स के फाउंडर और डायरेक्टर डॉ. शुचिन बजाज कहते हैं, 'बाढ़ या जलजमाव के कारण गंदे पानी की सप्लाई की आशंका बढ़ जाती है। प्रदूषित और संक्रमित पानी में बहुत तेजी से बैक्टीरिया पनपते हैं, जो कई तरह की बीमारियों का जोखिम बढ़ा सकते हैं। यहां पढ़िए बारिश, जलजमाव और बाढ़ के कारण होने वाली कुछ बीमारियों के बारे में :

1.मौसमी बीमारियां

डॉ. शुचिन कहते हैं, 'बाढ़ आने पर मौसम में तेजी से बदलाव आते हैं। कभी गर्म, तो कभी सर्द या आद्रता का वातावरण रहता है। जमे हुए पानी में मच्छर और बैक्टीरिया–वाइरस अधिक तेजी से पनपते हैं। ये बीमारी फैलने के मुख्य कारण बन सकते हैं। इसके कारण मलेरिया, डेंगू, चिकनगुनिया जैसी बीमारियां हो सकती हैं। इन बीमारियों के मौसम और पानी की गुणवत्ता पर असर पड़ता है।' बाढ़ के पानी में भीगने और गंदे पानी के सेवन से बच्चों में तेजी से पनपने वाली बीमारियां हो सकती हैं। बच्चों में दस्त, हैजा और टाइफाइड जैसी बीमारियां हो सकती हैं। बाढ़ की स्थिति खत्म होने के बावजूद सड़न और गंदगी से बीमारियां हो सकती हैं।

2. खाद्य संक्रमण से पेट की बीमारी

डॉ. शुचिन बजाज के अनुसार,गंदे पानी से खाद्य संक्रमण हो सकते हैं। यदि खराब खाद्य सामग्री का सेवन कर लिया जाता है, तो खाद्य संक्रमण और कई पेट की बीमारी हो सकती है। दस्त, उलटी, पेट दर्द मुख्य रूप से हो सकते हैं।

3. वेक्टर–जनित बीमारियां

बाढ़ के कारण जमा हुआ पानी वेक्टर–जनित बीमारियों जैसे टाइफाइड बुखार, हैजा, मलेरिया और पीलिया बुखार आदि के संचरण को बढ़ा सकती है।

यहां कई उपाय हैं, जिन्हें अपनाकर खुद के स्वस्थ्य की रक्षा की जा सकती है।

1. जल निकासी के बारे में सूचना

यह जानने की कोशिश जरूर करें कि आपकी सोसाइटी या कम्युनिटी प्लेस का जल निकासी मार्ग कहां है। वाटर सप्लाई और उसके संक्रमित होने पर किस तरह के उपाय किये जा रहे हैं। सरकार या प्रशासन द्वारा जारी की जा रही चेतावनी, सावधानी पर ध्यान देना सबसे अधिक जरूरी है।

2.पानी को उबालना

बाढ़ के दिनों में पानी के फिल्टर होने के बावजूद उबालकर पीना कई रोगों से बचाव करता है। पीने और भोजन तैयार करने के लिए सभी पानी का क्लोरीनीकरण करना या उबालना जरूरी है। बाढ़ के बाद जल–जनित बीमारियों के फैलने के जोखिम को कम करने के लिए सुरक्षित पेयजल की निर्बाध व्यवस्था सुनिश्चित करना भी जरूरी है।

3. बाढ़ के पानी के संपर्क में आए भोजन का न करें इस्तेमाल

साफ–सफाई का विशेष ख्याल रखें। ताजा भोजन खाएं। भोजन को ढंक कर रखें। बर्तन धोने, दांत साफ करने, अनाज धोने और किसी भी काम के लिए बाढ़ के पानी का उपयोग न करें। यदि बाढ़ के पानी के संपर्क में रह रही हैं, तो हमेशा अपने हाथ साबुन और साफ पानी से धोएं। यदि आपका भोजन बाढ़ के पानी को छू गया है, तो इसे खाना सुरक्षित नहीं है।

4. बाढ़ वाले घर की अच्छी तरह साफ–सफाई

यदि आपका घर बाढ़ के पानी के संपर्क में आया है, तो पानी सूख जाने पर उसे सुरक्षित रूप से साफ करें। ऐसी कोई भी वस्तु को हटा दें, जिसे ब्लीच से धोया और साफ नहीं किया जा सकता। जैसे बाढ़ के पानी सी गीले हुए तकिए और गद्दे। सभी दीवारों, फर्शों और अन्य सतहों को साबुन और पानी के साथ–साथ ब्लीच से साफ करें।

5. मच्छरों से बचाव

यदि आपका घर रुके हुए पानी वाले क्षेत्र में है, तो पानी हटने के बावजूद मच्छर निरोधक का उपयोग करें। इसे कपड़े या त्वचा पर लगाएं। इसके अलावा पतलून और लंबी बाजू वाली शर्ट पहनें और सोते समय बिस्तर को मच्छरदानी से ढंक दें।

6. बाढ़ के दौरान गाड़ी न चलाएं

बाढ़ वाले क्षेत्रों में पैदल चलने या गाड़ी चलाने से भी बचें। पानी में बिजली की लाइनें गिरी हो सकती हैं या खतरनाक रसायन भी मौजूद हो सकते हैं। आपने बाढ़ के दौरान कारें और लोगों के बहते हुए विजुअल्स देखे ही होंगे। इसलिए पानी के बढ़ने पर पानी में नहीं जाएं।

डायबिटीज के मरीज डाइट में अवश्य शामिल करें ये चार मिलेट्स

- अंजलि कुमारी (इंद्रप्रस्थ यूनिवर्सिटी से जर्नलिज्म ग्रेजुएट अंजलि फूड, ब्यूटी, हेल्थ और वेलनेस पर लगातार लिख रहीं हैं।)

देश में डायबिटीज के बढ़ते मामलों को देखते हुए भारत को डायबिटीज का कैपिटल कहा जा रहा है। यदि हमने अब भी इस पर नियंत्रण नहीं पाया तो कुछ सालों में भारत डायबिटीज के सबसे अधिक मरीजों वाला देश बन जाएगा। यह स्थिति भारतीय लाइफस्टाइल और खानपान पर एक बहुत बड़ा सवाल उठा रही है। आखिर हम अपनी लाइफ स्टाइल में ऐसी कौन सी गलती कर रहे हैं जिसकी वजह से स्थिति यहां तक आ पहुंची है। आज भी लोग पूरी तरह से बेफिक्र हैं परंतु अभी भी वक्त है हम सभी को सचेत हो जाना चाहिए, अन्यथा छोटी उम्र में ही बच्चे डायबिटीज का शिकार हो सकते हैं।

सेहत का कोना

डायबिटीज एक ऐसी बीमारी है जो जीवन भर आपका पीछा नहीं छोड़ती। इस लाइफ स्टाइल डिसऑर्डर पर नियंत्रण पाना है, तो सबसे पहले अपनी डाइट में उचित बदलाव लाएं साथ ही साथ खुद को शारीरिक रूप से सक्रिय रखना भी बेहद महत्वपूर्ण है। आज स्थिति को ध्यान में रखते हुए हम आपके लिए लेकर आए हैं कुछ ऐसे ही डायबिटीज फ्रेंडली मिलेट्स के नाम। खासकर डायबिटीज के मरीजों को इसका सेवन जरूर करना चाहिए। साथ ही यदि अभी तक आपको डायबिटीज नहीं है, तो इन्हें अपनी डाइट में शामिल करें ताकि आप भविष्य में सुरक्षित रह सके।

हेल्थ शॉट्स ने लोकप्रिय पोषण विशेषज्ञ कविता देवगन से डायबिटीज की स्थिति में मिलेट्स के फायदे जानने के लिए संपर्क किया। उन्होंने कुछ महत्वपूर्ण एंटी डायबिटिक मिलेट्स के नाम सुझाते हुए बताया कि यह किस तरह डायबिटीज में आपके लिए फायदेमंद हो सकता है।चलिए,जानते हैं मिलेट्स के बारे में :

1- बाजरा

नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन के अनुसार बाजरा का ग्लाइसेमिक इंडेक्स बेहद कम होता है। ऐसे में इसके सेवन से ब्लड शुगर लेवल पर किसी प्रकार का नकारात्मक प्रभाव नहीं पड़ता। इसमें मौजूद प्रोटीन और फाइबर डायबिटीज के मरीजों के लिए बेहद फायदेमंद होते हैं। यह शरीर में ग्लूकोस के अवशोषण को धीमा कर देता है, जिससे कि डायबिटीज के मरीजों में ब्लड शुगर लेवल अचानक से नहीं बढ़ता। यह इन्सुलिन सेंसटिविटी को बढ़ावा देता है और ट्राइग्लिसराइड के स्तर को कम करता है। बाजरे के आटे से बने थेपला, चीला, रोटी आदि को अपनी डाइट में शामिल कर सकती हैं।

2- रागी

पब मेड सेंट्रल की मानें तो रागी में मौजूद पॉलीफेनॉल, एंटी डायबिटीक और एंटीऑक्सीडेंट कंपाउंड इसे डायबिटीज के मरीजों के लिए बेहद फायदेमंद बनाते हैं। इसका ग्लाइसेमिक इंडेक्स काफी कम होता है और यह फाइबर से भरपूर होता है। ऐसे में इसके सेवन से बढ़ते ब्लड ग्लूकोस लेवल को नियंत्रित करना आसान हो जाता है।

पॉलीफेनॉल एक प्रकार का माइक्रोन्यूट्रिएंट्स जो प्लांट बेस्ड फूड जैसे कि फल, सब्जी, अनाज इत्यादि में पाया जाता है। ठीक इसी प्रकार यह रागी में भी मौजूद होता है, जो डायबिटीज के मरीजों के लिए बेहद फायदेमंद हो सकता है।

3- ज्वार

ज्वार एक एंटी डायबीटिक फूड है। नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन की माने तो इसकी ग्लाइसेमिक इंडेक्स बहुत कम होती है। वहीं फाइबर और प्रोटीन से भरपूर होने के साथ यह डायबिटीज के मरीजों के लिए एक बेहतरीन डाइट साबित हो सकता है। यह धीमे–धीमे डाइजेस्ट होता है, जिससे की बॉडी में ब्लड शुगर का अवशोषण भी धीमा हो जाता है। ज्वार का नियमित सेवन ब्लड ग्लूकोस लेवल और इन्सुलिन सेंसटिविटी को रेगुलेट करता है जिससे कि डायबिटीज को कंट्रोल करने में मदद मिलती है। यह कई महत्वपूर्ण पोषक तत्व जैसे कि नियासिन, राइबोफ्लेविन, फोलेट, थायमीन का एक बेहतरीन स्रोत है। इतना ही नहीं यह आपको लंबे समय तक संतुष्ट रखता है जिससे कि आप अधिक मात्रा में कैलोरी इंटेक्स नहीं करती साथ ही आपकी क्रेविंग्स भी नियंत्रित रहती हैं, इस प्रकार यह वेट लॉस में भी आपके लिए सहायक हो सकता है।

4- कंगनी

कंगनी को फॉक्सटेल मिलेट या चीनी बाजरा के नाम से भी जाना जाता है। नेशनल लाइब्रेरी ऑफ मेडिसिन की माने तो यह स्मार्ट कार्बोहाइड्रेट से भरपूर होता है साथ ही इसका ग्लाइसेमिक इंडेक्स भी बेहद कम होता है। इसके सेवन से ग्लूकोज धीमे धीमे रक्त प्रभाव में प्रवेश करता है यह एकदम से ब्लड शुगर का स्तर नहीं बढ़ाता। इसके साथ ही है कोलेस्ट्रॉल और ट्राइग्लिसराइड के स्तर को भी नियंत्रित रखता है। आप चावल की जगह फॉक्सटेल मिलेट को अपनी डाइट में शामिल कर सकती हैं। इसका सेवन टाइप–2 डायबिटीज से पीड़ित मरीजों के लिए बेहद फायदेमंद माना जाता है।

जलवायु संकट : 2023 में दर्ज किया गया 174 वर्षों के जलवायु इतिहास का तीसरा सबसे गर्म मई

बढ़ते तापमान के निशान स्पष्ट तौर पर दर्शाते हैं कि जलवायु में आते बदलावों के चलते दिन–प्रतिदिन मानवता के लिए खतरा बढ़ता जा रहा है

- ललित मौर्या

आज बढ़ता तापमान मानवता के लिए बड़ा खतरा बन गया है। हालांकि इसके जिम्मेवार भी हम इंसान ही हैं। हर दिन जलवायु रिकॉर्ड के बनने बिगड़ने की जानकारी सामने आ रही है, जो स्पष्ट तौर पर दर्शाता है कि दिन प्रतिदिन स्थिति किस तरह खराब होती जा रही है। ऐसा ही कुछ मई में भी सामने आया है जब 2023 में यह महीना जलवायु इतिहास के तीसरे सबसे गर्म मई के रूप में दर्ज हो गया है। इस बारे में नेशनल ओसेनिक एंड एटमोस्फेरिक एडमिनिस्ट्रेशन (एनओएए) के नेशनल सेंटर फॉर एनवायर्नमेंटल इंफॉर्मेशन (एनसीईआई) द्वारा जारी नई रिपोर्ट से पता चला है कि इस बार मई का महीना सामान्य से0–97 डिग्री सेल्सियस ज्यादा गर्म था। यह लगातार 47वां मई है जब तापमान 20वीं सदी के औसत तापमान से ज्यादा दर्ज किया गया है। इसी तरह 531 महीनों में कभी भी तापमान सदी के औसत तापमान से नीचे नहीं गया है। देखा जाए तो जिस तरह से वैश्विक स्तर पर जलवायु में बदलाव आ रहे हैं उसके साथ ही बढ़ता तापमान नए रिकॉर्ड बना रहा है।

गौरतलब है कि इससे पहले मई, 2016 जो कि एक अल नीनो वर्ष भी था। अब तक का सबसे गर्म मई का महीना था। जब औसत तापमान सामान्य से 0–99 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया था। इसी तरह 2020 में दूसरा सबसे गर्म मई का महीना दर्ज किया गया था। आंकड़ों की मानें तो जलवायु रिकॉर्ड के दस सबसे गर्म मई, 2010 के बाद ही दर्ज किए गए हैं। इसी तरह पिछला अप्रैल का महीना भी अब तक का चौथा सबसे गर्म अप्रैल था। जब तापमान सामान्य से एक डिग्री सेल्सियस ज्यादा दर्ज किया गया था। इसी तरह मार्च, 2023 में भी तापमान सामान्य से 1–24 डिग्री सेल्सियस ज्यादा था, जो उसे इतिहास का दूसरा सबसे गर्म मार्च बनता है। वहीं फरवरी का महीना भी जलवायु रिकॉर्ड का चौथा सबसे गर्म फरवरी का महीना था, जब तापमान सामान्य से 0–97 डिग्री सेल्सियस ज्यादा हो गया था। इसी तरह जनवरी का महीना भी जलवायु इतिहास का सातवां सबसे गर्म जनवरी का महीना था।

यदि क्षेत्रीय तौर पर देखें तो जहां उत्तरी और दक्षिण अमेरिका दोनों ही महाद्वीपों में मई के दौरान तापमान रिकॉर्ड स्तर पर पहुंच गया था। वहीं एशिया, अफ्रीका और यूरोप सभी ने अपने 20 सबसे गर्म महीनों में से एक को दर्ज किया था। यदि ओशिनिया से जुड़े आंकड़ों को देखें तो इस क्षेत्र ने 2011 के बाद अब तक के अपने सबसे ठन्डे मई को दर्ज किया था।

न्यूजीलैंड में दर्ज किया गया अब तक का सबसे गर्म मई

वहीं यदि देशों से जुड़े आंकड़ों को देखें तो जहां पाकिस्तान ने दूसरी बार मई के महीन में इतनी ज्यादा बारिश देखी है। वहीं इसके उलट ऑस्ट्रेलिया में यह दूसरा मौका है जब इतना सूखा मई दर्ज किया गया है। वहीं न्यूजीलैंड ने भी अपने अब तक के सबसे गर्म मई को अनुभव किया था।

इस तरह मेक्सिको की खाड़ी के लिए भी दूसरा सबसे गर्म मई था। वहीं अमेरिका को देखें तो उसने अब तक के अपने 11वें सबसे गर्म मई को दर्ज किया। इसी तरह आर्कटिक ने भी अपने पांचवें सबसे गर्म मई के महीने को अनुभव किया था। वहीं अंटार्कटिका में मई का महीना इस बार औसत से अधिक ठंडा रहा। कनाडा को देखें तो उसके जंगलों में सैकड़ों आग की घटनाएं दर्ज की गई हैं। आग की इन घटनाओं में 60 लाख एकड़ में फैले जंगल जल कर राख हो गए हैं। जंगल में लगी इस भीषण आग के चलते कनाडा और अमेरिका में वायु प्रदूषण की स्थिति खराब हो गई थी।

ऐसा नहीं ही की जमीन पर ही तापमान में वृद्धि हो रही है। लगातार दूसरे महीने वैश्विक स्तर पर महासागरों की सतह का तापमान भी रिकॉर्ड स्तर पर पहुंच गया है। गौरतलब है कि कुछ समय पहले भूमध्यरेखीय प्रशांत महासागर में बढ़ते तापमान के चलते एनओएए अल नीनो के आगमन की सूचना दे चुका है। इसी तरह जनवरी से मई, 2023 के औसत तापमान को देखें तो वो इतिहास की चौथी सबसे गर्म अवधि थी जब तापमान सामान्य से 1–01 डिग्री सेल्सियस ज्यादा दर्ज किया गया। वहीं यदि मार्च से मई की अवधि को देखें तो उत्तरी गोलार्ध और दक्षिणी गोलार्ध दोनों ही जगह तापमान सामान्य से ज्यादा था। जहां इस बार उत्तरी गोलार्ध में इस बार बसंत सामान्य से 1–29 डिग्री सेल्सियस ज्यादा था। वहीं दक्षिणी गोलार्ध में सर्दियां का तापमान सामान्य से 0–83 डिग्री सेल्सियस ज्यादा रिकॉर्ड किया गया।

यदि एनसीईआई द्वारा वैश्विक वार्षिक तापमान को लेकर जारी रिपोर्ट की मानें तो इस बात की 99 फीसदी आशंका है कि 2023 इतिहास के दस सबसे गर्म वर्षों में शामिल होगा। वहीं इस बात की करीब 89 फीसदी आशंका है कि वो शीर्ष पांच सबसे गर्म वर्षों में से एक होगा। इसी तरह यदि ध्रुवों पर जमा समुद्री बर्फ की स्थिति को देखें तो यह दूसरा मौका है जब मई के महीने में वहां समुद्री बर्फ की सीमा इतनी कम दर्ज की गई है। इससे पहले 2019 में मई में इतनी कम समुद्री बर्फ देखी गई थी। अंटार्कटिक से जुड़े आंकड़ों को देखें तो वहां मई के महीने में कभी भी इतनी कम समुद्री बर्फ नहीं देखी गई थी। जो सामान्य से 750,000 वर्ग मील कम थी। इसी तरह आर्कटिक ने भी 13वीं सबसे कम समुद्री बर्फ की सीमा को दर्ज किया था। जो सामान्य से करीब 40,000 वर्ग मील कम थी।

यदि चक्रवातों की बात करें तो मई कही ज्यादा सक्रिय महीना था। इस दौरान दुनिया भर में तीन तूफान दर्ज किए गए थे। इनमें से सभी गंभीर श्रेणी के थे जिनकी गति 111 मील प्रति घंटे या उससे ज्यादा थी। वहीं दो तूफान श्रेणी 5 तक पहुंच गए थे। **(डाउन टू अर्थ से साभार)**

दिव्यांगजनों को आपदाओं में महफूज रखने की तैयारी

- **एआई का इस्तेमाल दिव्यांगजनों का जीवन सुरक्षित व बेहतर बनाने के लिए किया जाए : उपाध्यक्ष**

किसी भी आपदा में दिव्यांगजन सबसे ज्यादा असुरक्षित होते हैं। विभिन्न आपदाओं में दिव्यांगजनों को सुरक्षित रखने की दिशा में काम करने के लिए बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण कृतसंकल्प है। प्राधिकरण के तत्वावधान में पटना में चार दिवसीय दिव्यांग समायोजित आपदा जोखिम न्यूनीकरण प्रशिक्षण कार्यशाला 15 से 18 मई तक आयोजित किया गया। इसके तहत पहले चरण में पटना जिले में दिव्यांग प्रक्षेत्र में कार्यरत स्कूलों/स्वयंसेवी संस्थाओं के शिक्षकों–प्रशिक्षकों को प्रशिक्षित किया गया।

स्वयंसेवी संस्था युगान्तर के कंकड़बाग, पटना स्थित सभाकक्ष में कार्यशाला का उद्घाटन 15 मई को प्राधिकरण के माननीय उपाध्यक्ष डॉ. उदय कांत, प्राधिकरण के माननीय सदस्य श्री पी.एन. राय व विधान पार्षद डॉ. प्रमोद कुमार ने संयुक्त रूप से दीप प्रज्ज्वलित कर किया। डॉ. प्रमोद बिहार विधान परिषद की दिव्यांगजन कल्याण समिति के अध्यक्ष भी हैं। अपने उद्घाटन भाषण में डॉ प्रमोद ने दिव्यांग बच्चों को आपदाओं में सुरक्षित रखने के प्राधिकरण के प्रयासों की सराहना की। साथ ही विधान पार्षद और विधान परिषद की दिव्यांगजन कल्याण समिति के अध्यक्ष के नाते प्राधिकरण की इस मुहिम में हरसंभव सहयोग का भरोसा दिलाया।

उद्घाटन सत्र में प्रशिक्षणार्थियों को संबोधित करते हुए प्राधिकरण के उपाध्यक्ष डॉ. उदय कांत ने दिव्यांगजनों को आपदाओं में महफूज रखने के प्रयासों से जुड़े सभी लोगों का हृदयतल से आभार जताया। कहा कि मानवता का बहुत बड़ा कार्य ईश्वर ने आपको सौंपा है। दिव्यांगों के बीच काम करने के लिए

जज्बा होना चाहिए। सेवा की भावना, आस्था व विश्वास जरूरी है। माननीय उपाध्यक्ष महोदय ने बताया कि आपदा प्रबंधन के क्षेत्र में प्राधिकरण कैसे नवीनतम तकनीकों का सहारा ले रहा है। उन्होंने बताया कि दुनिया में कहीं कोई ऐसी टेक्नोलॉजी नहीं है, जो किसी दिव्यांग व्यक्ति को आपदा के बारे में पूर्व चेतावनी

दे सके। देश के बड़े तकनीकी संस्थानों की सहायता से बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण एक ऐसा उपकरण या मशीन बनवाने की कोशिश कर रहा है, जिससे दिव्यांग बच्चों को तुरंत सूचना मिल जाएगी कि वह किस तरह की आपदा में घिरा हुआ है तथा वहां से निकलने के लिए सबसे सुरक्षित मार्ग कौन–सा है?

यह बात भी सामने आई कि हमें दूसरों पर दिव्यांगजनों की निर्भरता खत्म करनी ही होगी। सम्मिलित प्रयासों के द्वारा हमें दिव्यांग बच्चों में यह जज्बा भरना होगा कि वे किसी भी सक्षम व्यक्ति से ज्यादा सक्षम हैं। आज के जमाने में आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (एआई) का बोलबाला है। हमें इसका इस्तेमाल दिव्यांग बच्चों की बेहतरी के लिए, दिव्यांग बच्चों का जीवन और कैसे सुरक्षित व खुशहाल हो सके, इसके लिए करना होगा।

प्राधिकरण के माननीय सदस्य श्री पी एन राय ने अपने संबोधन में प्राधिकरण की दिव्यांग समायोजित आपदा जोखिम न्यूनीकरण योजना पर विस्तार से प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि प्राधिकरण ने विशेष बच्चों के शिक्षकों–प्रशिक्षकों को प्रशिक्षित करने के उद्देश्य से विशेषज्ञों की मदद से एक प्रशिक्षण हस्तपुस्तिका तैयार की है। इसके जरिये विशेष बच्चों को प्रशिक्षण/मॉकड्रिल के माध्यम से सशक्त बनाया जायेगा। वर्तमान में पायलट प्रोजेक्ट के तहत पटना जिले को चिह्नित कर यहां के दिव्यांगजनों से संबंधित स्कूलों व संस्थानों में इस प्रशिक्षण कार्यक्रम को संचालित किया जा रहा है।

कार्यशाला में दिव्यांग प्रक्षेत्र में कार्यरत विभिन्न स्कूलों और स्वयंसेवी संस्थानों के 17 प्रतिभागियों ने भाग लिया। राज्य आपदा मोचन बल (एसडीआरएफ) के अलावा राष्ट्रीय आपदा मोचन बल (एनडीआरएफ), बिहार अग्निशमन सेवाएं, यूनिसेफ और प्राधिकरण के विशेषज्ञों ने विभिन्न सत्रों में प्रतिभागियों को प्रशिक्षण दिया और आपदाओं में सुरक्षित रहने के गुर बताए। मॉक ड्रिल के माध्यम से इन्हें बताया गया कि विभिन्न आपदाओं की स्थिति में कैसे खुद सुरक्षित रहना है और दिव्यांग बच्चों को भी सुरक्षित रखना है। इससे मिले अनुभव के आधार पर इस कार्यक्रम का आयोजन पूरे राज्य के अन्य दिव्यांगजनों से संबंधित स्कूलों/संस्थानों एवं सभी प्रखंडों में होगा।

कार्यशाला के अंतिम दिन समापन सत्र में प्राधिकरण के सचिव श्री मीनेंद्र कुमार (भा.प्र.से.) ने अपने विचार रखते हुए प्रतिभागियों का मनोबल बढ़ाया। राज्य आपदा मोचन बल (एसडीआरएफ) के सेकेंड इन कमांड श्री जितेंद्र पांडेय ने भी समापन सत्र को संबोधित किया। इस मौके पर यूनिसेफ के 'वाश' ऑफिसर श्री राजीव कुमार, युगांतर के श्री संजय पांडेय व श्री अमर कुमार भी मौजूद रहे। समारोह के अंत में सभी प्रतिभागियों को प्रशिक्षण प्रमाण–पत्र प्रदान किया गया। प्राधिकरण के इस महत्वाकांक्षी अभियान के संयोजक बनाए गए श्री संदीप कमल की निगरानी में उक्त प्रशिक्षण कार्यक्रम संपन्न हुआ।

एनडीएमए ने बीएसडीएमए की गतिविधियों को जमकर सराहा

संयुक्त सचिव श्री कुणाल सत्यार्थी ने आपदा मित्र प्रशिक्षण कार्यक्रम को देखा, युवाओं की हौसलाअफजाई की

राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (एनडीएमए) के संयुक्त सचिव श्री कुणाल सत्यार्थी ने 28 जून को सरदार पटेल भवन स्थित बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (बीएसडीएमए) कार्यालय में प्राधिकरण के माननीय उपाध्यक्ष डॉ उदय कांत व माननीय सदस्य श्री मनीष कुमार वर्मा से मुलाकात की। प्राधिकरण के प्रोफेशनल्स के साथ हुई बैठक में उन्हें प्राधिकरण के फ्लैगशिप कार्यक्रमों की विस्तार से जानकारी दी गई। उन्हें बताया गया कि बीएसडीएमए के बैनर तले अभी तक तकरीबन 6000 सामुदायिक स्वयंसेवकों को प्रशिक्षण दिया जा चुका है। 9500 युवाओं को प्रशिक्षण देने का एनडीएमए का लक्ष्य बीएसडीएमए शीघ्र ही हासिल कर लेगा। दिव्यांगजनों को आपदाओं में सुरक्षित रखने के प्राधिकरण के प्रयासों के बारे में उन्हें बताया गया।

श्री सत्यार्थी ने इस कार्यक्रम की तारीफ करते हुए बताया कि केरल में भी इस दिशा में बेहतर काम हो रहा है। बीएसडीएमए को वहां का मॉडल भी देखना चाहिए। सुरक्षित तैराकी कार्यक्रम, मुख्यमंत्री विद्यालय सुरक्षा कार्यक्रम और जीविका दीदियों के प्रशिक्षण कार्यक्रम में श्री सत्यार्थी ने गहरी दिलचस्पी ली। 16 बिंदु अग्नि प्रवणता सूचकांक पर राज्य भर के अस्पतालों को अग्नि सुरक्षा की दृष्टि से महफूज बनाने के प्रयासों को उन्होंने सराहा। श्री सत्यार्थी ने कहा कि बीएसडीएमए में इतना कार्य हो रहा है, लेकिन इसकी सूचना एनडीएमए तक नहीं पहुंचती है। बैठक में उन्होंने एनडीएमए के कार्यों और योजनाओं के बारे में विस्तार से बताया और बीएसडीएमए को इन योजनाओं का लाभ उठाने की सलाह दी।

सामुदायिक स्वयंसेवकों (आपदा मित्र) के प्रशिक्षण कार्यक्रम में गति लाने का सुझाव दिया। श्री सत्यार्थी ने बताया कि यह कार्यक्रम अब नए सिरे से लॉन्च करने की तैयारी हो रही है। एनसीसी, एनएसएस, एनवाईके और भारत स्काउट एंड गाइड के बच्चों को अब कैंप में ही सात दिवसीय प्रशिक्षण दिया जाएगा। इसमें उन्हें विभिन्न आपदाओं के बारे में बताया जाएगा।

एनडीएमए की आगामी योजनाओं की चर्चा करते हुए उन्होंने बताया कि देश भर के 207 जिलों के लिए वज्रपात से सुरक्षा की 840 करोड़ रुपये की योजना लाई जा रही है। इसमें बिहार के भी कई जिले शामिल हैं। इसी तरह भूकंप से बचाव के लिए 5.50 हजार करोड़ रुपये की एक योजना पांच साल के लिए लांच की जाने वाली है 12 राज्यों में 100 करोड़ रुपये की सूखा शमन योजना भी बनाई जा रही है। आगामी 7 तारीख को इसे लेकर बैठक है। नदियों के कटाव पर एनडीएमए में बड़ा काम हो रहा है। बिहार भी इसमें भागीदार हो सकता है।

बैठक के बाद श्री सत्यार्थी ने राजधानी के मालसलामी स्थित ओपी शाह सभागार में चल रहे सामुदायिक स्वयंसेवक प्रशिक्षण कार्यक्रम का जायजा लिया। वहां के कार्यक्रम से प्रभावित होकर उन्होंने प्रशिक्षणार्थियों को संबोधित किया और उन्हें प्रमाण पत्र सौंपे। उनके साथ बीएसडीएमए के वरीय सलाहकार श्री नीरज कुमार और एसआरओ श्री रवि आनंद भी मौजूद रहे।

बिहार में 9,500 सामुदायिक स्वयंसेवकों की फौज हो रही तैयार

हमारा बिहार बहु–आपदा प्रवण राज्य है। फलतः हमारे गांव, पंचायतों, प्रखंड एवं जिलों में विभिन्न तरह की आपदाएं आती रहती हैं। पंचायतों में कुछ नौजवान आपदा जोखिम न्यूनीकरण एवं प्रबंधन हेतु जरूरी ज्ञान और हुनर सीख लें, तो वे अपने जिले को आपदाओं से सुरक्षित रख सकते हैं। इस उद्देश्य हेतु प्रशिक्षण के माध्यम से बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण राज्य के नौजवानों/नवयुवतियों को प्रशिक्षित कर आपदाओ के प्रत्युत्तर हेतु तैयार कर रहा है। विभिन्न आपदाओं की स्थिति में सुरक्षा प्रदान करने में ये युवा अपने समुदाय के मददगार साबित हो सकें, इस कार्यक्रम का उद्देश्य यही है। गांव, पंचायत, प्रखंड एवं जिला स्तर पर विभिन्न आपदाओं की प्रवणता की जानकारी हासिल कर उन आपदाओं के जोखिम–न्यूनीकरण तथा प्रबंधन में समुदाय की सहायता करने हेतु स्वयं को तैयार करने में युवा पूरे जोश के साथ भाग लेते हैं। इसी क्रम में जून माह में दिनांक 01–06–2023 से 12–06–2023 तक जिला सहरसा, मधेपुरा, समस्तीपुर, किशनगंज, सिवान, शिवहर, मधुबनी, मुंगेर, लखीसराय एवम् दिनांक 19–06–2023 से 30–06–2023 तक जिला मुजफ्फरपुर, पटना, पूर्वी चंपारण, वैशाली, सिवान, समस्तीपुर, जमुई, गोपालगंज, मधुबनी के स्वयंसेवकों को ओ.पी. साह सामुदायिक भवन, मालसलामी, पटना में 12 दिवसीय प्रशिक्षण कार्यक्रम में प्रशिक्षित किया गया। इस तरह प्राधिकरण की ओर से अब तक कुल 5258 स्वयंसेवकों को प्रशिक्षित किया जा चुका है। इस कार्यक्रम के दौरान दिनांक 21 जून को योग दिवस उल्लास एवं उमग के साथ मनाया गया। योग दिवस के उपलक्ष पर लगभग 900 लोगों ने एक साथ श्री श्यामानद शाह, योग अनुदेशक के नेतृत्व में योग किया।

राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (एनडीएमए) के सहयोग से संचालित किए जा रहे इस प्रशिक्षण कार्यक्रम में युवाओं का उत्साह देखते ही बनता है। ओपी शाह सेंटर के अलावा बिहटा में एसडीआरएफ वाहिनी मुख्यालय और सिविल डिफेंस परिसर में भी सामुदायिक स्वयंसेवकों को प्रशिक्षित करने का काम निर्बाध चल रहा है। आगामी अक्टूबर महीने तक कुल 9,500 बिहार के युवाओं को आपदाओं के प्रति पूरी तरह जागरूक और प्रशिक्षित कर देने की योजना है।

कविता : बाढ़ में घिरे लोग

- अनुराधा ओस

(नई पीढ़ी की कवयित्री। 'ओ रंगरेज' और 'वर्जित इच्छाओं की सड़क' शीर्षक से दो कविता–संग्रह प्रकाशित।) कविता हिंदवी डॉट ओआरजी से साभार

बाढ़ में घिरे लोगों की
नहीं होती है कोई जाति
अकिंचन, बेबस दयनीय दृष्टि से
देखते हैं अपना सब कुछ
बाढ़ में कैसे बचाएँ हम
वह जगह जहाँ
तुलसी मैया का चौरा था
जहाँ रोज दिया जलाकर
शीश नवाते थे
जलमग्न हो गई,
और जलमग्न हो गई
हमारी प्रार्थनाएँ
बाढ़ में वहीं कहीं
डूबा है गाय का खूँटा
मुक्त कर दिया प्रकृति ने
खूँटे से
कोठार में रखा धान
भीगकर फूल गया
भूसे में रखा गेहूँ
अँखुआ कर बह रहा है
बाढ़ में नहीं बहता केवल
अनाज–बासन
बल्कि बह जाती हैं
उम्मीदें कई
बाढ़ में डूब गया वह आँगन
जहाँ बेटी के ब्याह का मड़वा
छवाने का सपना
दिन–रात देख रही थी धनिया
बाढ़ में बह रही हैं
उम्मीदें और आशाएँ कितनी।

बिहार राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

(आपदा प्रबंधन विभाग, बिहार सरकार)

बिहार सरकार