NDRF • INDIA

Saving Lives & Beyond...

The Saviour

A Quarterly Magazine of NDRF

January - March, 2017

Volume-VIII **Issue-I**









CHIEF PATRON

- SH. R.K. PACHNANDA, IPS,

DIRECTOR GENERAL, NDRF

EDITORIAL ADVISORY BOARD

- SH. AMRENDRA KUMAR SENGAR, IPS, IG
- SH. RANDEEP RANA, DIG (Ops & Trg)
- SH. KRISHAN KUMAR, AC (PRO)



Aapda Sewa Sadaiv



Demonstration of Capabilities by NDRF Team



Shifting of Patient By NDRF Responders During Mock Demonstration


प्रातः खबर


दैनिक पूर्वोदय

'बेटी बचाओ बेटी पढ़ाओ' पर एनडीआरएफ का जागरूकता कार्यक्रम संपन्न




THE NORTH EAST TIMES

NDRF, IOC personnel participate in mock drill


5 घंटे बाद मलबे से जिंदा निकली सुशीला


आईएएस ट्रेनीज ने सीखे आपदा प्रबंधन के गुर


Mock drill on earthquake


Modi greets NDRF on its 12th Raisin


Sri Sri Ravi Shankar holds special meditation session for NDRF pers


प्रातः खबर

राष्ट्रीय आपदा मोचन बल तोगों को कर रहा प्रशि


The Assam Tribu

Mock drill on earthquake


एनडीआरएफ की भूकंप आपदा पर संयुक्त मॉक ड्रील


PROUD TO SAVE PEOPLE'S LIVES: NDRF



Imparting Medical First Aid Training



Shifting of Patient By NDRF Responders During Mock Demonstration

Issued By : PR Cell, NDRF

Design & Printed by: Deluxe Printery, Mob: 9811295120/110



Demonstration of Rope Rescue Techniques



Sensitizing School Children on Pre-hospital Treatment (PHT)



NDRF • INDIA

Saving Lives & Beyond...

Message from Director General, NDRF



During the first quarter of this year, NDRF rescue teams did a commendable job in saving twelve precious human lives in Kanpur when an under construction multi storey building collapsed. The NDRF teams also responded to a train accident involving derailment of Hirakhand Express at Kuneru Railway Station, Distt-Vizianagaram, Andhra Pradesh. The prompt response of NDRF could save thirteen passengers from the bogies of the derailed train.

In addition to its primary task, NDRF assisted States in the successful organization of various mass gathering events viz. Maghi Purnima Mela, Gangasagar Mela and AERO India Exhibition-2017.

In the process of developing basic infrastructure to NDRF, the foundation stone of the new Campus was laid by Union Minister of State for Home, Sh. Kiren Rijiju near Ladowal in Ludhiana which will come up in 51 acres of land and with strengthen the operational and administrative capabilities of the Force.

It was a great honour for NDRF that the Hon'ble Union Home Minister, Sh. Rajnath Singh laid the foundation stone for the new NDRF campus at Konda Pavuluru, Gannavaram (Mandal), Krishna, Andhra Pradesh. The function was also attended by the Chief Minister of Andhar Pradesh, Shri Chandrababu Naidu, The Union Minister for Urban Development, Housing and Urban Poverty Alleviation and Information & Broadcasting, Shri M. Venkaiah Naidu and senior officers of the State administration. This new campus will come up in the 50 acres of land with ultra-modern facilities.

To promote the digitization campaign on cashless transactions launched by Government of India, workshops on cashless transactions were organized by NDRF in collaboration with NITI Aayog to imbibe the principle “Each one, teach one” to utilize our vast reach across the country to spread the message of digital payments. Sh. Kiren Rijiju, Hon'ble Minister of State graced the occasion.

The 12th Raising Day of NDRF was observed at the Vigyan Bhawan, New Delhi on 31 January, 2017. Sh. Kiren Rijiju, Hon'ble Minister of State, Home, was the chief guest and presented Jeevan Raksha Padaks to the next of kin of NDRF Martyrs for their supreme sacrifice for the country. The Hon'ble Minister also unveiled the NDEM web portal, jointly developed by ISRO and NDRF.

A special session on “Inner Strength and Disaster Resilience” was organized at Vigyan Bhawan for the welfare of the Force personnel. Sri Sri Ravi Shankar delivered an inspirational talk to them.

To sensitize the community about disaster preparedness, more than 250 Community Awareness Programmes (CAP) were organized in Assam, Andhra Pradesh, Arunachal Pradesh, Bihar, Delhi, Gujarat, Haryana, Jharkhand, Karnataka, Kerala, Madhya Pradesh, Maharashtra, Odisha, Punjab, Rajasthan, Sikkim, Tamil Nadu, Telangana, Tripura, Uttarakhand, Uttar Pradesh and West Bengal by NDRF in which 2,44,603 persons were sensitized. In addition, 84 School Safety Programmes (SSP) and 113 mock exercises were conducted across the country in which over 63,700 people benefitted during this quarter.

I am sure that all the officers and men of NDRF will continue to carry out their assigned task with utmost sincerity and dedication in future and always uphold NDRF's motto “Aapda Sewa Sadaiv”.

Jai Hind!

(R.K. Pachnanda)
Director General, NDRF



PRESIDENT'S POLICE MEDAL FOR DISTINGUISHED SERVICE ON THE OCCASION OF REPUBLIC DAY 2017



Gagan Bihari Rout
Assistant Commandant

PRESIDENT'S POLICE MEDAL FOR MERITORIOUS SERVICE ON THE OCCASION OF REPUBLIC DAY 2017



Vijay Sinha,
Commandant



Prashant Dar
Commandant



Manish Ranjan
Commandant

TABLE OF CONTENTS

S.No.	Topic	Contributed by	Page No.
01.	Smoking is Poison	Shiv Om, Second in Command	1
02.	Nuclear Power- In the Face of Man-made Disaster	Surender Kumar Assistant Commandant	5
03.	Cashless Transaction in India & Role of NDRF	Inspector- Ajit Singh	8
04.	Deployment of Mobile Medical Units of NDRF in Flood Affected Areas	Inspector- Hipparkar Suresh	11
05.	Flood in Context of Bihar	Inspector Sanjit Kumar	13
06.	बाधाओं से लड़ना होगा	उपनिरीक्षक महेन्दर कुमार	18
07.	प्राकृतिक आपदा में स्थानीय जन समुदाय की भुमिका	अरविन्द कुमार चौबे (उप0कमा)	19
08.	ग्लोबल वार्मिंग के प्रभाव व समाधान	जय प्रकाश प्रसाद (सहा0 समादेष्टा)	21
09.	ध्यान	निरीक्षक विनय कुमार	25
10.	पुखरायाँ कानपुर ट्रेन हादसा	कौशलेश राय द्वितीय कमान अधिकारी	28
11.	NDRF Activities During this Quarter		32
12.	Paper Cuttings		50

SMOKING IS POISON



Shiv Om,
Second in Command.

Smoking is a practice in which a substance is burned and smoke breathed in. The substance used is the dried leaves of tobacco plant, which vaporize and delivers active substances into lung, where they are rapidly absorbed into bloodstream and reach bodily tissues. Cigarette smokes contain a mixture of aerosol particle, gases and pharmacologically active alkaloid Nicotine.

Active smoking is where a person directly inhails the smoke from cigarette, bidi, hukkah etc. Passive/indirect/second hand smoking is where a person absorbs the smoke from the vicinity of smokers. Most tobacco smokers begins during adolescence or early adulthood. The presence of high status models and peers may also encourage smoking.

Today, smoking is an alarming habit which cause the death of about 30 millions/annum globally and about 10 million/annum in India. Approx 5,000 chemicals are found in tobacco smoke, in which nicotine is most dangerous. During smoking, Carbon Monoxide (CO) entered in blood cell through smoke and decreases the immunity of body. Carcinogen element is also present in smoke, which is primary cause of many types of Cancer such as Cancer of Throat, Lungs, Memory glands etc.

Use of Tobacco in the form of smoking incresses the risk of death from many diseases like Cancer, Heart Diseases, Chronic Obstructive Pulmonary Diseases (COPD) and Stroke.

TYPES OF NASHA (INTOXICANT)

There are several types of Nasha in India such as Wine, Opium, Bhang, Ganja, Charas, Cocaine, Smoke, Heroin etc.

STUDY REPORT

A team of scholars, under the leadership of Richard Pito (Oxford University) was formed by World Health Organisation (WHO) to study the effects of smoking. Research indicated that those who smoke 4-5 cigarettes per day had adverse effect on lungs and have much higher probability of suffering from Cough, Asthma, Bronchitis's than in non smoker. The females, who smokes had a greater risk of not ovulating and it is also less likely that a fertilized egg will implant the uterus.

The effects of smoking are serious. It can harm nearly every organ of the body. Some of the effects are illustrated below –

- Out of 10 Cancer affected persons (Mouth, Throat, Lung and Breast), 9 are those who used to smoke or Chew Gutka.
- 80% smoker or Jarda user can be impotence.
- Smokers are at very high risk of developing brain haemorrhage and Paralysis.

- Due to inhail of CO (Carbon mono oxide), smoking decresses the efficiency.
- Smoking causes Hypertension, Heart attack, Abdomen and Uterus cancer.

Recent Report

- Approx 100 countries in world are tobacco exporter, India is 5th one.
- In India, 55 million kilogram tobacco produced, out of which 38 million kilo tobacco is used in cigarette manufacturing.



- 9 Lakh deaths are reported due to tobacco usage.
- Today, 25 million people are affected by smoking
- Above 15 Years – 14 million, 20 lakh male & 3 million, 10 lakh female are regular smoker.
- Below 15 years – 40 lakh children`s are regular smoker.
- In India, 70% smoker used bidi and out of this 15-65% are female.

Dangerous chemicals in tobacco smoke

- Tar – The particles contain chemicals, including several cancer-causing substances (carcinogens).
- Carbon Monoxide – This is an odourless fatal gas.
- Hydrogen Cyanide – Affects the functioning of Lungs.
- Oxidizing Chemicals – These highly reactive chemicals can damage Heart muscles and blood vessels.
- Metals and Radioactive compounds – Tobacco smoke contains dangerous metals including arsenic, cadmium and lead. Several of these are carcinogenic.

Effects of smoking tobacco on the body

Inhaling tobacco smoke causes damage to many organs and systems of body.

Effects on Respiratory system

- Irritation of the trachea (windpipe) and larynx (voice box).
- Reduced lung function and breathlessness due to swelling and narrowing of the Lung airways and excess mucus in the lung passages.
- Impairment of the lungs' clearance system, leading to the build-up of poisonous substances, which results in Lung irritation and damage.
- Increased risk of lung infection and symptoms such as coughing and sneezing.
- Permanent damage to the air sacs of the Lungs.

Effects on Circulatory system

- Raised Blood Pressure and Heart rate.
- Constriction (tightening) of blood vessels in the skin, resulting in a drop in skin temperature.
- Less oxygen carried by the blood during exercise.
- Damage to the lining of the arteries, which is thought to be a contributing factor to atherosclerosis (the build-up of fatty deposits on the artery walls)
- Reduced blood flow to extremities (fingers and toes).
- Increased risk of stroke and Heart attack due to blockages of the blood supply.

Effects on Immune system

- Greater susceptibility to infections such as pneumonia and influenza.
- More severe and longer-lasting illnesses.
- Lower levels of protective antioxidants (such as vitamin c), in the blood.

Effects on Musculoskeletal system

- Tightening of certain muscles.
- Reduces bone density.

Effects on Sexual organs

- Lower sperm count.
- Higher percentage of deformed sperm.
- Genetic damage to sperm.
- Impotent, this may be due to the effects of smoking on blood flow and damage to the blood vessels of the penis.

Effects on Female body

- Reduced fertility menstrual cycle irregularities or absence of menstruation.
- Menopause reached one or two years earlier
- Increased risk of cancer of the cervix.
- Greatly increased risk of stroke and heart attack if the smoker is aged over 35 years and taking the oral contraceptive pill.

Effects on Unborn babies

- Increased risk of miscarriage, stillbirth and premature birth.
- Low birth weight, which may have a lasting effect on the growth and development of children. Low birth weight is associated with an increased risk of heart disease, stroke, high blood pressure, being overweight and diabetes in adulthood
- Increased risk of cleft palate and cleft lip.
- Paternal smoking can also harm the foetus if the non-smoking mother is exposed to second-hand smoke.

Diseases caused by long-term smoking



A lifetime smoker is at high risk of developing a range of potentially lethal diseases, including:

- Cancer of the lungs, mouth, nose, larynx, tongue, nasal sinus, oesophagus, throat, pancreas, bone marrow (myeloid leukaemia), kidney, cervix, ovary, urethra, liver, bladder, colon and stomach & rectum.
- Lung diseases such as chronic bronchitis and chronic obstructive pulmonary disease, which includes obstructive bronchiolitis and emphysema
- Coronary artery disease, heart disease, heart attack and stroke
- Ulcers of the digestive system.
- Osteoporosis and hip fracture.
- Poor blood circulation in feet and hands, which can lead to pain and, in severe cases, gangrene and amputation.

★★★★★★★

NUCLEAR POWER – IN THE FACE OF MAN-MADE DISASTERS



Surendra Kumar,
Assistant Comdt

A nuclear and radiation accident is defined by the International Atomic Energy Agency as "an event that has led to significant consequences to people, the environment or the facility". Examples includes lethal effects to individuals, large radioactivity release to the environment, or reactor core melt." The prime example of a "major nuclear accident' is one in which a reactor core is damaged and large amounts of radiation are released, such as in the Chernobyl Disaster in 1986.

The impact of nuclear accidents has been a topic of debate particully since the first nuclear reactors were constructed. Some technical measures to reduce the risk of accidents or to minimize the amount of radioactivity released to the environment have been adopted. Despite the use of such measures, "there have been many accidents with varying impacts as well near misses and incidents".

Nuclear energy usually means the part of the energy of an atomic nucleus, which can be released by fusion or fission or radioactive decay.



i) **Nuclear Fission:** In nuclear fission, the nuclei of atoms are split, causing energy to be released. The atomic bomb and nuclear reactors work by fission. The element uranium is the main fuel used to undergo nuclear fission to produce energy since it has many

favorable properties. Uranium nuclei can be easily split by shooting neutrons at them. Also, once a uranium nucleus is split, multiple neutrons are released which are used to split other uranium nuclei. This phenomenon is known as a chain reaction.

ii) **Nuclear Fusion:** In nuclear fusion, the nuclei of atoms are joined together, or fused. This happens only under very hot conditions. The Sun, like all other stars, creates heat and light through nuclear fusion. In the Sun, hydrogen nuclei fuse to make helium. The hydrogen bomb, humanity's most powerful and destructive weapon, also works by fusion. The heat required to start the fusion reaction is so great that an atomic bomb is used to provide it. Hydrogen nuclei fuse to form helium and in the process release huge amounts of energy thus producing a huge explosion.



Nuclear power is the use of sustained nuclear fission to generate heat and electricity. Nuclear power plants provide about 6% of the world's energy and 13-14% of the world's electricity, with the U.S., France, and Japan together accounting for about 50% of nuclear generated electricity. In 2007, the IAEA reported there were 439 nuclear power reactors in operation in the world, operating in 31 countries.

Nuclear power is the fourth-largest source of electricity in India after thermal, hydroelectric and renewable sources of electricity. As of now, India has 20 nuclear reactors in operation in six nuclear power plants, generating 4,780 MW while seven other reactors are under construction and are expected to generate an additional 5,300 MW. India has drawn up an ambitious plan to reach a nuclear power capacity of 63,000 MW in 2032.

However, especially since the March 2011 Japanese Fukushima nuclear disaster, populations around proposed Indian nuclear power plan sites have launched protests that are now finding resonance around the country, raising questions about atomic energy as a clean and safe alternative to fossil fuels. The state government of West Bengal state has also refused permission to a proposed 6000 MW facility near the town of Haripur that intended to host six Russian reactors.

In India, most of our nuclear plants are in weak seismic zones but lie in coastal areas. Their structure is earthquake-resistant but they have not been tested against tsunami. The entire coastal region is believed to be vulnerable to tsunami. Nuclear plants are built near the sea because sea water is required to cool the reactor.

The situation in Japan has made us think more about our nuclear security. The Nuclear establishment in India has assured us that our systems are robust. In India, a nuclear plant cannot be built within a radius of 400 kilometres of a seismic zone. Going by the statements of the Department of Atomic Energy, our nuclear power plants, particularly in tsunami prone areas, have been constructed at high altitudes to avoid flooding by tsunami. However, looking at Japan, we need further reassurance.



No doubt nuclear energy is a boon in terms of cheap, eco-friendly and large power availability, but it can get transformed into a bane with a little twist of nature. Therefore, radiation efects hazards and safety considered while exploiting nuclear energy for peaceful alternate endeavors.

★★★★★★★

CASHLESS TRANSACTION IN INDIA & ROLE OF NDRF



Insp Ajit Kumar

After the demonetization move, the Govt. of India is advising the people to use Debit Cards, Credit Cards etc. for their day-to-day transactions. Hon'ble Prime Minister Mr. Narendra Modi, also advocated the use of Plastic Money to transform India into a digitally empowered society and knowledge economy. This move will definitely encourage our countrymen to use the plastic money in their day to day expenses.

Cashless India

Cashless India is nothing but using technology in handling cash flow. When we all start using E-banking and E-commerce methods to solve our payment issues, automatically the flow of black money will be stopped. The main advantage is to make all our earnings into the bank and pay our taxes correctly so, that everything go systematized and well organized. This is the most effective method to stop and demolish the spreading of black money as well as counterfeit currency.



Cashless Modes : As a part of promoting cashless transactions and converting India in to less-cash society, various modes of digital payments are available. These modes are-

(a) **Mobile Wallet :** This is basically a virtual wallet available on our mobile phones. We can store cash on the mobile to make online or offline payments. Various service providers offer these wallets via mobile apps, which can be installed on the phone/tablets. We can transfer the money into these wallets online using credit/debit card or Net banking.

(b) **Plastic Money :** This includes credit, debit and prepaid cards. These can be bought and recharged online via Net banking and can be used to make online or point-of-sale purchases.

(c) **Net Banking :** This is simply a method of online transfer of funds from one bank account to another bank account, credit card, or a third party. We can do it through a computer or mobile phone. Log in to our bank account on the Net and transfer money via National Electronic Funds Transfer (NEFT), Real Time Gross Settlement (RTGS) or Immediate Payment Service (IMPS), all of which come at a nominal cost ranging from Rs. 5 - 55.

Advantages of cashless transaction

- Transaction is very easy & secure.
- Money circulation is comparatively smooth.
- Biometric security system is available with the cashless transaction option.
- It helps in filing income tax returns.

- We can pay to the shopkeepers without worrying about the change.
- No hassle to carry cash.
- It is helpful in managing our budget.
- All cashless transactions is visible / traceable.
- By linking all accounts with individual's Adhaar Card Number it will help in tracking the black money. Same benefit will be received by doing cashless transactions. It will result in more transparency in the system of our country.
- Conflicts will be reduced among the buyers & seller regarding the purchase or selling of the product, as now all of transactions will be recorded i.e., there will be proof of every transaction.
- Tax collections will increase significantly and that revenue can be used for the benefit of society - building infrastructure, helping poor and less privileged people, education, health care, defence budget, etc. It can be used to lift out poverty of our nation.
- As tax collection increases, tax rates can be reduced (as tax net becomes wider) and tax rules simplified.
- One can easily provides monetary help to poor and needy people through bank transfers (even payment for rural employment generation schemes like- MNREGA). No instances of middle men siphoning off the aid and exploiting the poor.
- It will be quite difficult to have or circulate counterfeit currency and support criminal activities and terrorism.
- Less need to print paper currency and replace it so reducing those costs.
- Presently, cashless transaction gives more discount options especially in purchasing Insurance Policy, petrol and in rail tickets which will improve cash flow of an individual.
- On 08th Dec 2016 the Govt. of India announced discounts on digital payments on purchase of petrol, railway ticket and insurance policies, to incentivize cashless payments. It waived service tax for payments up to Rs.2,000 made through cards and decided to do away with transaction fee for payment to central government departments and PSUs.
- A discount of 0.75 % has been offered on purchase of petrol and diesel through either credit/debit cards, e-wallets and mobile wallets. Similarly, 10 % and 8 % discount has been offered in case of general and life insurance for buying new policy or paying premium online via PSUs websites.
- Monthly and seasonal suburban railway tickets purchased through digital mode has been announced to get 0.5% discount while online booking of railway tickets announced to get up to Rs.10 lakh of free accidental insurance cover. Besides, those using digital mode to pay for railway catering, accommodation, retiring room are entitled to discount of 5%.

BHIM App

On 30th Dec 2016 Hon'ble Prime Minister Shri Narendra Modi launched a new digital payment app named “Bharat Interface for Money - BHIM”, only available on Android

phones/tablets. This app allows users to pay and receive money without any processing fee. A transaction cost, however, may be levied by the user's bank. At present, the app lists 30 banks including SBI, HDFC, ICICI, Union Bank of India, South India Bank etc. BHIM is a digital payments solution app based on the Unified Payments Interface (UPI) from the National Payment Corporation of India (NPCI), the umbrella organisation for all retail payments systems in India. All the payee needs is a bank account. If this account is UPI activated, we can just ask for the payee's VPA (Virtual Payment Address) and make the payment to desired account.

If we have signed up for UPI-based payments in our bank account, which is also linked to our mobile phone number, we will be able to use the BHIM app to carry out digital transactions. BHIM allows to send and receive money to other UPI accounts or addresses. We can also send money via IFSC (Indian Financial System Code) and MMID (Mobile Money Identifier) Code to users who don't have a UPI-based bank account. There's also the option of creating our own QR (Quick Response) code for a fixed amount of money, which the merchant can scan to make the deduction.

Role of NDRF

National Disaster Response Force (NDRF) has been raised under Disaster Management Act 2005 and mandated to provide prompt specialized response during disaster or disaster like situations within country and beyond boundaries. Since its inception this Force has done commendable work and saved millions of precious human lives during disasters and has become the human face of the Government of India.

Besides, its primary role of disaster response, NDRF is also engaged in the capacity building of our countrymen, stakeholders, NGOs and children. NDRF teams carried out awareness programmes across the country to sensitize the people about disaster preparedness. NDRF teams can also sensitize the populace about the use and benefits of cashless transactions which will really make the difference and will be helpful to achiving the goal of less-cash economy.

Shri R K Pachnanda, IPS, Director General, NDRF leading this campaign asked the NDRF personnel to imbibe the principle, ***"Each One, Teach One"*** to spread the message across a wider cross section of people.

Conclusion

The first step taken towards "Digital India" was the demonitization of Rs. 500 and Rs. 1000 notes in India. No doubt, it will be difficult to adapt such changes immediately but if such immediate actions were not to be taken then India's economic conditions will only turn from bad to worse due to involvement of black money & counterfeit currency.



As a responsible citizen of our country it is in our hands to promote this magnificent revolution encouraged by our Hon'ble Prime Minister who has a bright vision towards the future of India. Let us teach and generate awareness about benefits of cashless transactions in our society.

DEPLOYMENT OF MOBILE MEDICAL UNITS OF NDRF IN FLOOD AFFECTED AREAS



Inspector
Hipparkar Suresh

Floods have been a recurrent phenomenon in India and cause huge losses to lives, properties, livelihood systems, infrastructure and public utilities. Floods have also occurred in areas, which were earlier not considered flood prone. Sewage spills by flood are unpleasant and can cause vast disruption to homes. Raw sewage can contain a variety of bacteria, viruses, fungi and parasites that can cause serious illness and even death.

One major initiative under the NDRF was the operationalization of Mobile Medical Units in flood affected areas to provide a range of health care services to populations living in remote, inaccessible, un-served and underserved areas, mainly with the objective of taking healthcare service delivery to the doorsteps of these populations. Reaching last mile populations remains a persistent challenge but Mobile Medical Units are a key service strategy to reach such vulnerable populations.



NDRF Mobile medical Units services are a response to reaching populations living in remote, difficult areas and those communities cut-off from mainstream services due to flood. Mobile Medical Units are envisaged to provide primary care services for common diseases including communicable and non-communicable diseases.

NDRF established Mobile Medical Units in worst floods affected areas. There were heavy rains, but, the NDRF mobile medical unit was determined to provide medical support in flood affected areas in adverse conditions. Despite, the connectivity to the villages were cut off due to heavy floods, but, NDRF medical team without caring for their lives, reached in these unaccessable areas by clearing all the hurdles in NDRF Inflatable Rubber Boats (IRBs) and established medical camps at worst flood affected villages and provided pre-hospital care to the sick and needy persons.

NDRF medical team treated the patients, who were suffering from various diseases like Diarrhoea, Vomiting, Fever, Cough, Common Cold etc. & some serious patients were also treated. Team also sensitized the people about hygiene and sanitation and prevention of water borne diseases.

The medical assistance provided to the local people by the NDRF medical team proved very instrumental in controlling the outbreak of various diseases in flood affected areas. The persistent efforts of NDRF continuously for providing Medicare to marooned people in spite of inclement weather in adverse ground conditions were appreciated by local public, civil administration and media alike. Their actions have been able to infuse confidence in the people living in these remote areas and this has added to build image of NDRF.



★★★★★★★

FLOOD IN THE CONTEXT OF BIHAR



Insp-
Sanjit Kumar Gupta

Natural calamities like earthquakes, avalanche volcanoes floods, etc. create havoc, time and again. Flood is one of the calamity which not only brings untold miseries to people but ruins our country every year. Can there be a more terrible sight than to see entire villages being washed away and people stranded with nothing to live on?

The ravages of flood and its consequences are beyond description. Rural poverty and backwardness have been further aggravated by these floods.

Three factors account for the frequent occurrence of flood in India. They are –

(i) India being in the Monsoon region.

(ii) The existence of west plains in the north.

(iii) Long stretch of mountainous region in the North and North East.

The north and north-eastern part of India lies in the heart of Monsoon belt and experiences heavy rainfall. Continuous rains overflow numerous streams and rivers of the vast plains of the north, resulting in the flooding of the low lying areas of the Gangetic and Brahmaputra plains. Recent studies have found that global warming resulting in ice melting in the river upstream creates flood havoc.

WHAT IS FLOOD AND HOW IT IS CAUSED?

Flooding occurs when extreme volume of water is dired by rivers, creeks and many other geographical features into areas where the water cannot be drained adequately. Often during times of heavy rainfall, drainage systems in residential areas are not adequate, or unchecked civil development severely impedes the functionality of an otherwise acceptable drainage system. Floods cause extremely large numbers of fatalities in every country, but due to India's extremely high population density and often under-enforced development standards, large amount of damages and many deaths which could be otherwise avoided, are allowed to happen.

India witnesses flood due to excessive rain which then results in overflow of rivers, lakes and dams, which adds to cause large amounts of damage to people's lives and property. In the past, India had witnessed many of the largest, most catastrophic floods, causing irreparable damage to people's livelihood, property, and crucial infrastructure.

Bihar is India's most flood-prone State, with 76% of the population in the north Bihar living under the recurring threat of flood devastation. According to some historical data, 16.5% of the

total flood affected area in India is located in Bihar while 22.1% of the flood affected population in India lives in Bihar. About 68,800 square kilometers (26,600 sq mi) out of total geographical area of 94,160 square kilometres (36,360 sq mi) comprising 73.06% is flood affected. Flood in Bihar is a recurring disaster which on an annual basis destroys thousands of human lives apart from livestock and assets worth millions. The 2013 Flood in Bihar affected more than 5.9 million people in 3,768 villages in 20 districts of the state.

Geographically Nepal is a mountainous region. When heavy rains occur in the mountains of central and eastern Nepal the water flows into the major drainages of Narayani, Bagmati, and Koshi rivers. As these rivers cross into India, flow into the plains and low lands of Bihar and break their banks. To protect the Koshi River dam as well as the Koshi Barrage Pool's embankments, Indian engineers who are in charge of the dam in Nepal, further open the dam's gates which can cause flooding down river in Bihar. In 2008 during a high flow episode a breach in the East Koshi afflux embankment above the dam occurred and the Koshi river, known for centuries as the Sorrow of Bihar, picked up an old channel it had abandoned over 100 years previously near the border with Nepal and India. Approximately 2.7 million people were affected as the river broke its embankment at Kusaha in Nepal, submerging several districts of Nepal and India. 95% of the Koshi's total flowed through the new course.

FARAKA BARRAGE

The period has caused serious interception in the dynamic equilibrium of the river hindering the natural oscillation of the river within its meandering belt. The meandering belt of Ganges in Malda and Murshidabad is 10 km wide. The water level of the Ganges rose about 8 m upstream of the Faraka barrage. The river which flowed in a South Easterly course between Rajmahal and Faraka during early decades of this century has now formed a mighty meander loop concentration to accommodate the additional discharge accumulated due to the barrage. Due to the obstruction caused by the Barrage each year nearly 640 million tonnes of silt is accumulated in the riverbed. In the last three decades this has resulted in the accumulation of nearly 18.56 billion tonnes of silt.

EFFECTS OF FLOOD

Flood water can seriously disrupt public and personal transport by cutting off roads and railway lines, as well as communication links when telephone lines are damaged. Flood disrupt normal drainage systems in cities, and sewage spills are common, which represents a serious health hazard, along with standing water and wet materials in the home.

Bacteria, mould and viruses, cause disease, trigger allergic reactions, and continue to damage materials long after a flood. Floods can distribute large amounts of water and suspended sediment over vast areas, restocking valuable soil nutrients to agricultural lands. In contrast, soil can be eroded by large amounts of fast flowing water, ruining crops, destroying agricultural land / buildings and drowning farm animals. Severe floods not only ruin homes / businesses and destroy personal property, but the water left behind causes further damage to property and contents. The environment and wildlife is also at risk when damage to businesses causes the accidental release of toxic materials like paints, pesticides, gasoline etc.

Flood water can severely disrupt public and personal transport by cutting off roads and railway lines, as well as communication links when telephone lines are damaged. Unfortunately, flooding not only disrupts many people's lives each year, but it frequently creates personal tragedies when people are swept away and drowned.

FLOOD RELIEF MEASURES

In time of flood the Government of India adopts various measures to alleviate the sufferings of the people. It arranges for both long-term and short-term relief. The short-term relief means immediate relief. This includes distribution of food, cloth, medicines etc. The long-term relief means free distribution of seedlings, remission of rent, grant of loan for reconstructing houses and for reclaiming land, etc. Even private relief societies are organizes by the people.

PREVENTIVE MEASURES

1. Introduce better flood warning systems
2. Modify homes and businesses to help them withstand floods
3. Tackle climate change.
4. Increase spending on flood preparedness.
5. Plant more trees.
6. Restore rivers to their natural courses
7. Introduce water storage areas.
8. Improve soil conditions.
9. Put up more flood barriers.



★★★★★★★




ZP 5243

बाधाओं से लड़ना होगा



उपनिरीक्षक महेन्दर कुमार

बाधाएँ आती हैं आएँ घिरे प्रलय की घोर घटाएँ
पावँ के नीचे अंगारे सिर पर बरसें यदि ज्वालाएँ
अपने हाथों में हँसते ओजार उठाकर चलना होगा !
बाधाओं से लड़ना होगा ! बाधाओं से लड़ना होगा !

हास्य, रूदन में, तुफानों में, अगर असंख्य बलिदानों में
भूस्खलन और बाढ़ में, चक्रवात और भूकम्पो में
उन्नत मस्तक उभरा सीना पीडाओ मे पलना होगा !
बाधाओं सें लड़ना होगा ! बाधाओं सें लड़ना होगा !

उजियारे में, अंधकार में, काल कहार में, बीच धार में,
क्षणिक हार और दीर्घ जीत में, सब कुछ देकर कुछ ना माँग कर
परहित अर्पित अपना तन मन कदम मिलाकर चलना होगा !
बाधाओ से लड़ना होगा ! बाधाओं से लड़ना होगा !

★★★★★★★

प्राकृतिक आपदा मे स्थानीय जन समुदाय की भुमिका



अरविन्द कुमार चौबे
(उप0 कमा)

भारत अपने प्राकृतिक संरचना तथा भौगोलिक स्थिति के कारण प्राकृतिक आपदा के प्रति संवेदनशील देश है। अगर हम विगत शताब्दी के इतिहास पर नजर डालते है तो हमे यह जानकारी मिलती है कि, हमेशा ही विश्व के कुछ अन्य देशो की तरह भारत मे भी एक निश्चित अन्तराल पर कोई न कोई भीषण प्राकृतिक आपदा घटित होती रही है। छोटी–छोटी प्राकृतिक आपदा की गिनती हम छोड भी देते है तो भी, घटित होने वाली भीषण आपदा के आंकलन से प्राप्त ऑकडे हमारे समाज एवं देश के लिए निश्चित रूप से गभ्भीर चिन्ता का विषय है।

जैसा कि हम सब को विदित है कि, प्राकृतिक आपदाओ को रोका तो नही जा सकता परन्तु उनके विनाशकारी प्रभाव को कम किया जा सकता है। लेकिन केवल सरकारी तन्त्र के उपयोग से इन प्राकृतिक आपदाओ से सक्षमतापूर्वक निपटना सम्भव नही है। इस के लिए जरूरी है स्थानीय जन मानस मे जागरूकता, सतर्कता, आपदा पूर्व सम्पूर्ण तैयारी तथा विभिन्न सामाजिक एवं सरकारी संस्थाओ मे बेहतर समन्वय स्थापित हो।

विगत कुछ वर्षों मे अमेरिका मे आये चक्रवाती तुफान हो या भारत के उत्तराखण्ड मे आयी त्रासदी, ओडीशा एवं आन्ध्रप्रदेश मे आये तुफान के दौरान स्थानीय जनसमुदाय एवं स्वैच्छिक संस्थाओ के साथ बेहतर समन्वय के कारण ही उक्त आपदाओ से बेहतर तरीके से निपटा जा सका था।

स्थानीय भाषा की जानकारी तथा प्राकृतिक आपदा प्रभावित क्षेत्र की प्राकृतिक सरंचना तथा स्थानीय स्तर पर उपलब्ध संसाधनो का बेहतर ज्ञान वहॉ की आम जनता एवं स्वैच्छिक संस्थाओ को होता है। साथ ही स्थानीय जनसमुदाय ही इस स्थिति मे होता है कि सर्वप्रथम उस क्षेत्र की प्रभावित जनता को सहयोग एवं आवश्यक सेवॉए कहा एवं कैसे मुहैया कराया जाए की जानकारी होती है। विभिन्न सरकारी एवं गैर सरकारी संस्थाएँ जो कि राहत एवं बचाव कार्य मे लगायी जाती है के साथ बेहतर समन्वय स्थापित कर राहत एवं बचाव कार्य को त्वरित गति प्रदान करने मे स्थानीय जनता अत्याधिक मददगार साबित हो सकती है।

आपदा प्रभावित क्षेत्र मे अक्सर लोग भयभीत असहाय एवं अपने को देश एवं समाज से अलग–थलग महसुस करते है। उस क्षेत्र के लोगो को आपदा से उत्पन्न मनावैज्ञानिक दबाव से बाहर निकालने मे वहॉ की आम जन समुदाय से बेहतर मददगार कौन हो सकता है, यह अटल सत्य है।

हम इस बात से अच्छी तरह भिज्ञ होते है कि स्थानिक जनसमुदाय मे विभिन्न प्रकार के कौशल एवं ज्ञान से शिक्षित संपन्न व्यक्ति जैसे डॉक्टर, इंजीनियर, मनौवैज्ञानिक, सेवानिवृत्त सैन्यकर्मी एवं पुलिस के कार्मिक होते है।

इन व्यक्तियो को विभिन्न प्रकार के राहत एवं बचाव कार्य का पूर्व अनुभव होता है। आपदा घटित होने पर इन की सेवाए आपदा प्रभावित क्षेत्र मे राहत एवं बचाव कार्य मे काफी उपयोगी साबित हो सकती है तथा विशेषज्ञ एवं सरकारी मदद पहुँचने तक प्रभावित क्षेत्र मे आपदा से होने वाली नुकसान को निश्चित रूप से कम करने मे अहम साबित हो सकती है।

इसमे कोई दो राय नही हो सकती कि प्राकृतिक आपदा से कारगर ढंग से मुकाबला करने तथा जानमाल की क्षति से समाज एवं देश को बचाने के लिए, स्थानीय जनता मे जागरूकता तथा उन्हे प्रशिक्षित करने की नितांत आवश्यकता है। स्थानीय जनसमुदाय की आपदा से निपटने मे भागीदारी सुनिश्चित कर के ही आपदा से निपटने मे आसानी होगी।

अगर हम सचमुच प्राकृतिक आपदा से कारगर एवं प्रभावी ढंग से निपटना चाहते है तो हमे एक मजबुत आपदा तंत्र का निर्माण करना होगा, जो कि जन समुदाय की सक्रिय भागीदारी पर आधारित होना चाहिए। लेकिन इस के लिए जरूरी है कि समाज के छोटे से छोटे तबके तक लोगो मे प्राकृतिक आपदा से निपटने का तकनीकी ज्ञान दिया जाए एवं उन्हे प्रशिक्षित किया जाए। साथ ही स्थानीय जन समुदाय मे इस के लिए जागरूकता उत्पन्न की जाय। यह तभी सम्भव हो सकता है कि, जब कि सरकार एवं प्राकृतिक आपदा के लिए जवाबदार संस्थाएँ पूरी ईमानदारी के साथ इस दिशा मे काम करे एंव व्यापक जन जागरूकता अभियान चलाकर स्थानीय जनता को जागरूक करे। इस तरह की कोशिश निश्चित रूप से सरकारी एवं गैर सरकारी संस्थाओ एवं आम समुदाय जन समुदाय के बीच बेहतर समन्वय स्थापित करने मे सहायक सिद्व होगी एवं भविष्य मे प्राकृतिक आपदा से निपटने के लिए एक बेहतर एवं प्रभावी तंत्र का निर्माण हो सकेगा।



★★★★★★★

ग्लोबल वार्मिंग के प्रभाव व समाधान



जय प्रकाश प्रसाद
सहा0 समादेष्टा

प्रकृति ने समस्त जीवों के समुचित विकास के लिए समानान्तर रूप से संसाधन प्रदान किये है परन्तु मानव इन संसाधनों का केवल अपने लिए समुचित प्रयोग करते हुए प्रकृति के साथ छेड़–छाड करता रहता है। प्रकृति प्रदत संसाधनों के छेड़–छाड़ के कारण ही प्राकृतिक आपदाएँ उत्पन्न होती है। कुछ आपदाएँ तो तत्काल दृष्टिगोचर होती हैं, परन्तु कुछ कालान्तर में अपना प्रभाव छोड़ती है। मानव निर्मित आपदाओं का तो शायद हल भी निकल आता है परन्तु प्राकृतिक आपदाओं का हल निकालना मुश्किल होता है क्योंकि प्रकृति पर इन्सान का बस नहीं चलता। इन्हीं आपदाओं में से एक है ग्लोबल वार्मिंग।

ग्लोबल वार्मिंग जो कि बहुत ही जाना पहचाना शब्द है, लेकिन इस पर कोई ध्यान नहीं देना चाहता है प्राकृतिक आपदा कभी किसी को बोल कर नहीं आती, परन्तु जब भी आती है तो भारी तादाद में जन धन की हानी दे कर जाती है। जैसे– बाढ़, भूकंप, सुनामी, भीषण गर्मी आदि।



आज पुरा मानव समुदाय ग्लोबल वार्मिंग की समस्या देख तो रहा है पर इसे नजर अंदाज कर रहा है, जबकि आने वाले समय में इसका असर और भी ज्यादा दिखने लगेगा।

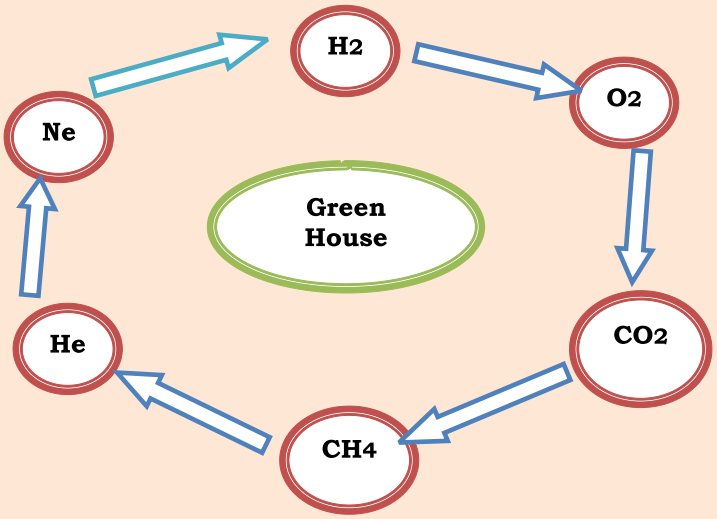
❖ ग्लोबल वार्मिंग क्या है:–

ग्लोबल वार्मिंग जिसे सामान्य भाषा में भूमंण्लीय तापमान में वृद्वि कहा जाता है। कहा जाता है कि पृथ्वी पर ऑक्सीजन की मात्रा ज्यादा होनी चाहिए परन्तु कार्बन–डाईआक्साईड (CO_2) की मात्रा बढ़ रही है, जिससे ओजोन परत में एक छिद्र हो चुका है जिस कारण पराबैंगनी किरणे सीधे पृथ्वी पर आ रही है जिसका सीधा प्रभाव ग्रीन हाउस पर पड रहा है जिसकी वजह से अत्यधिक गर्मी बढ़ने लगी है और पृथ्वी का तापमान दिन व दिन बढ़ता चला जा रहा है। इस बढ़ते तापमान की वजह से अंटार्टिका में बर्फ पिधल रही है, जिससे जल स्तर में भारी बढ़ोतरी हो रही है। रेगिस्तान में बढती गर्मी के साथ रेत का क्षेत्रफल भी काफी बढ़ रहा है।

पर्यावरणीय सुरक्षा एजेन्सीयों के अनुसार पिछली शताब्दी में 1.4 डिग्री फॉरेनहाइट तक धरती के औसत तापमान में वृद्वि हुई है ऐसा भी ऑकलन किया गया है कि अगली शताब्दी तक 2 से 11.5 डिग्री फारेनहाइट वृद्वि हो सकती है। पिछले कुछ वर्षो में CO_2 और SO_2 दस गुना से भी अधिक बढ़ा है।

❖ ग्रीन हाउस क्या है:–

सभी प्रकार के गैसों, जिनका अपना एक Combination होता है इन गैसों से बना आवरण पृथ्वी पर एक सुरक्षा परत की तरह काम करता है और जिसके असन्तुलित होते ही ग्लोबल वार्मिंग जैसी भीषण समस्या पैदा होती है।



❖ ग्लोबल वार्मिंग क्यों हो रहा है?

(क) ग्लोबल वार्मिंग का सबसे बड़ा कारण प्रदूषण है। आज के समय के अनुसार प्रदूषण और उनके प्रकारों को बताना व्यर्थ है, हर जगह और हर क्षेत्र में ये इतनी तादाद में बन रहा है कि CO_2 की मात्रा बढ़ती चली जा रही है और इसकी वजह से पृथ्वी का तापमान बढ़ रहा है, जिसे हम ग्लोबल वार्मिंग के नाम से जान रहे है।

(ख) आधुनीकिकरण के इस दौर में पेड़ों की कटाई धडल्ले से चल रही है। गावों का शहरीकरण होता जा रहा है हर खाली जगह पर बिल्डिंग, कारखाना या अन्य कोई संसाधन खोले जा रहे है। मानव समुदाय इस आधुनीकिकरण के दौर में ताजी हवा और ऑक्सीजन के लिए कोई स्त्रोत नहीं छोड़ रहा है।

(ग) लोग अपनी सुविधा के लिए प्राचीन नदियों के जल की दिशा तक को बदल रहे है जिससे नदियों का प्रवाह कम होते जा रहा है, जिससे नदियां स्वतः ही विलुप्त होती चली जा रही हैं।

(घ) पृथ्वी पर हर चीज का एक चक्र चलता है हर चीज एक दुसरे से कही ना कही किसी ना किसी रूप से जुड़ी रहती है। एक चीज के हिलते ही पृथ्वी का पूरा चक्र हिल जाता है जिसके कारण हमें भारी नुकसान का सामना करना पड़ता है।

❖ ग्लोबल वार्मिंग के प्रभाव

जिस तरह से प्राकृतिक आपदा का प्रभाव पडता है ठीक उसी तरह ग्लोबल वार्मिंग एक ऐसी आपदा है जिसका प्रभाव बहुत धीरे–धीरे होता है। ये बहुत ही महत्वपूर्ण बात है कि दूसरी आपदाओं की भरपाई मनुष्य कुछ सालों में कर सकता है परन्तु ग्लोबल वार्मिंग से हुए नुकसान की भरपाई मनुष्य अपनी आखिरी सास तक नहीं कर सकता जैसे –

- ग्लोबल वार्मिंग के चलते कई पशु पक्षी व जीव–जन्तुओं की प्रजाती ही विलुप्त हो चुकी है।
- बहुत ठंडी जगह जहॉ 12 महीनें बर्फ की चादर ढ़की रहती थी अब वह पिघलने लगी है जिससे जल स्तर में वृद्वि हो रही है।
- भीषण गर्मी के कारण रेगिस्तान का विस्तार हो रहा है जिससे आने वाले समय में गर्मी और बढ़ने की संभावनाए है।

- पृथ्वी पर मौसम के असंतुलन के कारण कभी अत्यधिक वर्षा, कभी अत्यधिक गर्मी, कभी अत्यधिक ठंढ व कभी हमें सुखें का सामना करना पड़ रहा है। जिसका सबसे बड़ा असर फसलों पर पड़ रहा है और इसी कारण आज मानव समुदाय विभिन्न प्रकार के दुष्प्रभावों से जूझ रहा है।
- ग्लोबल वार्मिंग से पर्यावरण पर सबसे ज्यादा प्रभाव पड़ रहा है जिसकी वजह से अधिकांश व्यक्ति चाहें वह छोटे हो या बडे, किसी ना किसी बीमारी से ग्रसित होते चले जा रहे है। शुद्ध ऑक्सीजन ना मिलने के कारण व्यक्ति घुटन की जिन्दगी जीने लगा है।
- एक पर्यावरणीय आकलन के अनुसार अंटार्टिका में 150 ग्लेशियरों में से सिर्फ 25 ही ग्लेशियर बच गये है जिसके कारण समुद्र का जल स्तर काफी बढ़ गया है और ये निरंतर बढता चला जा रहा है।

❖ ग्लोबल वार्मिंग का समाधान

ग्लोबल वार्मिंग के लिए बहुत आवश्यक है कि पर्यावरण बचाओ पृथ्वी बचेगी। बहुत ही छोटे–छोटे दैनिक जीवन में हो रहे कार्यो को सही दिशा में ले जा कर इस समस्या को सुलझाया जा सकता है।

- पेड़ों को मौसम के हिसाब से ज्यादा से ज्यादा लगाए।
- लम्बी यात्रा में कार की वजाय ट्रेन का उपयोग करें।
- दैनिक जीवन में जहॉ तक संभव हो सके कार की वजाय सार्वजनिक बसों या यातायात के साधनों का उपयोग करें।
- बिजली से चलने वाले संसाधनों की अपेक्षा सौर उर्जा वाले संसाधनों का उपयोग करें।
- जल का दुरप्रयोग ना करें। प्राचीन व प्राकृतिक जल संसाधनों का नवीनीकरण ऐसा ना करें जिससे वो नष्ट हो जाए।
- आधुनिक चीजों के उपयोग को छोड़ कर घरेलू व देशी चीजों का उपयोग करें।



ग्लोबल वार्मिंग मानव के रहन सहन के तरीकों और प्राकृतिक संसाधनों का अनावश्यक दोहन से उपजी हुई समस्या है इसलिए इसका कोई वैज्ञानिक समाधान नहीं हो सकता। परन्तु अभी भी समय है अगर इन्सान अपने जीवन जीने के तरीको में परिवर्तन लायें और प्राकृतिक संसाधनों का अनावश्यक दोहन न करें, क्षणिक लाभ के लिए दूरगामी दुष्प्रभावों को नजर अन्दाज न करें, प्रकृति प्रदत संसाधनों का औसतन इस्तेमाल करें जिससे प्रकृति में किसी का भी जीवन चक्र प्रभावित न हो तो निश्चय ही ग्लोबल वार्मिंग की समस्या से बचा जा सकता है। केवल सावधानी ही इसका समाधान है अन्यथा पूरा जीवन चक्र ही खतरे में पड़ जाएगा।

★★★★★★★


ZP 5242

ध्यान (Meditation)



निरीक्षक विनय कुमार

ध्यान अंग्रेजी में इसे मेडिटेशन (Meditation) कहते है। ध्यान का मूल अर्थ है जागरूकता, होश, साक्षी भाव, और दृष्टा भाव। ध्यान चेतन मन की एक प्रक्रिया है जिसमें व्यक्ति अपनी चेतना बाह्य जगत के किसी चुने हुए दायरे अथवा स्थल विशेष पर केंद्रित करता है। यह अग्रेजी शब्द ''अटेंशन'' के पर्याय रूप में प्रचलित है।

योग का आठ अंग (i) यम, (ii) नियम, (iii) आसन, (iv) प्राणायाम, (v) प्रत्याहार, (vi) धारणा, (vii) समाधी और (viii) ध्यान। योग का आठवां अंग ध्यान, एक मात्र ध्यान ही ऐसा तत्व है कि उसे साधने से सभी स्वतः ही सधने लगते है, लेकिन योग के अन्य अंगो पर यह नियम लागू नहीं होता। ध्यान दो दुनिया के बीच खड़े होने की स्थिति है।

6 दशक पूर्व तक आम लोगों को योग और ध्यान के बारे में जानकारी व दिलचस्पी न के बराबर थी लेकिन कुछ वर्षों में योग व ध्यान की तरफ लोगों की रूचि काफी बढ़ गयी है। ध्यान एक ऐसे फिल्टर का कार्य भी करता है जो निर्रथक, निरउद्देश्य विचारों को समाप्त कर देने वाले विचारों से साधक के मन को परिपूर्ण कर देता है। जिससे ध्यान साधक अपने जीवन में आनन्दित और उत्साहित रहता है। ध्यान साधक के उस विधेयात्मक बोध को जागृत करता है जो उसे इस भाग दौड़ वाले जीवन की गहन जटिलताओं से मिलते है वह बोध रोचक भी है और रहस्यमय भी। यह केवल ध्यान द्वारा ही प्राप्त किया जा सकता है।

मन को सुव्यस्थित करने के अन्य भी तरीके या उपाय हो सकते है फिर ध्यान ही क्यों।



- मन को ऐसे विचारों से भर दे जो मात्र नैतिक आचरण से प्ररित हो।
- मन को ऐसे विचारों से हटा दें जो पतन की ओर ले जाता है।
- मन रूपी कमरें में जो कलश भरा है उसे धूप बतियॉ जला कर या इत्र छिड़क कर साफ नहीं किया जा सकता है।
- अतीत और भविष्य की चिन्ताओ से मुक्त होना तभी वर्तमान क्षण का आनन्द ले सकता है।
- जीवन को सहज स्वीकार ले क्योकिं जो सहज स्वीकार लेता है जीवन को बस वहीं वर्तमान क्षण में जी सकता है।

आज की भाग दौड़ भरी जिदंगी में हम लोग पैसा और खुशियों के पीछे भाग रहे है। जब एक विधार्थी अच्छे नंबरो से पास होने के लिए चिंतित रहता है, और जब वह अच्छे नंबर से पास हो जाता है फिर भी उसे खुशी नहीं होती चिंता होती है सोचता है अच्छे कॉलेज में दाखिला हो जाए, जब अच्छे कॉलेज में दाखिला हो जाता है तो सोचता है उसे डिग्री मिल जाए, जब डिग्री मिल जाती है तो चिंता होती है कि नौकरी लग जाएगी तो खुशियॉ

मिलेगी, नौकरी भी मिल जाती है फिर वह आगे सोचता है प्रमोशन होने पर खुशियॉ मिलेगी पर उसे और आगे का चिंता होती है वह हमेशा भविष्य की खुशियॉ पाने में लगा रहता है और वर्तमान की खुशियों को व्यर्थ जाने देता है और वह कभी भी यह नहीं समझ पाता कि खुशियॉ कहीं बाहर से नहीं, किसी भविष्य में नही बल्कि अभी है, यहीं है, उसके अंदर है, उसके अंतर्मन की शांति में है, और इस खुशी को लगातार महसूस कराने वाला माध्यम ही ध्यान (Meditation) है।



आज योग और ध्यान बहुत ही सामान्य शब्द हो गए है हम ध्यान (Meditation) करना तो चाहते है और काफी लोग करते भी है पर धीरे–धीरे इसमें कमी होती जाती है और हम इसे त्याग कर सुबह की सैर, दौड़, जिम जाना आदि शुरू कर देते है, जिसमे थोड़ा नयापन और आधुनिकता से जुड़ाव महसूस होता है। आमतौर पर ऐसा इसलिए महसूस होता है क्योंकिं हम ध्यान करते समय बोरियत का अनुभव करने लगते है, बोरियत इसलिए क्योंकि कुछ नया नहीं, कुछ रोचक नहीं कुछ मसालेदार नहीं। पर यकीन मानिए इनसे रोचक, मजेदार और अभूतपूर्व उल्लास आपको कहीं नहीं मिल सकता, बशर्ते आपको पता हो कि करना क्या है और कैसे है।

ध्यान लगाने का मतलब यह बिल्कुल नहीं है कि आपका शरीर बेजान या मृत हो गया है, जैसें नींद में होता है। यह ध्यातव्य है– निद्रा अचेतन ध्यान है और ध्यान सचेतन निद्रा। आत्मा को परमात्मा से जोड़ना योग है। ध्यान में ही जाकर इस कार्य को किया जा सकता है।

संत कबीरदास ने कहा है– ''तेरा साई तुझ में, ज्यों पुहुपन में वास।''

ज्ञानमार्गी शाखा के इतने बड़े संत यह बात यू हीं नही कह गए है। सच है हमारे शरीर के अंदर विराजमान आत्मा, उस परमात्मा का ही एक अंश है, तो जब परमात्मा सर्वज्ञ है, सर्वव्यापी है, सर्वशक्तिशाली है, तो हम क्यों नहीं।

ध्यान कैसे करे :– ध्यान में जाने के लिए हमें बाहरी दुनिया के शोरगुल, भाग दौड़ वाले जीवन से हटकर अपने अन्तर्मन की आवाज कैसे सुनी जाए, बहुत आसान है, अगर हम बाहर की आवाजों को सुनना बंद कर दे तो जो आवाज रह जाएगी वही अन्तर्मन की आवाज है और इसे सुनना ही ध्यान या समाधी है। किन्तु बाहर की आवाज के साथ–साथ कुछ आवाजे या कहिए शोरगुल हमारे अंदर भी चल रही होती है। आपने ऑख और कान तो बंद कर लिया पर दिमाग का सोचना अब भी जारी है– ''कल ऑफिस में जल्दी जाना है, बच्चे को घुमाने ले जाना है, पैन कार्ड बनवाना है, कल मालिक ने हमे पैसे भी नही दियें पता नही आज देगा या नहीं, नहीं देगा तो फिर क्या होगा आदि–आदि बातें जो हमारा ध्यान अपनी ओर भटकाती है किन्तु इसे दूर करना भी कठिन नहीं।

जब आप अपने कान बंद करते है, तो आपको दो आवाजें सुनाई देगी, एक आपके धड़कन की और दूसरी सॉसों की। इन दो के अलावा एक तीसरी आवाज भी है और हमें अपना ध्यान उसी आवाज की ओर केन्द्रित करना है। यह आवाज बिलकुल झिंगुर की तरह होती है धीरे–धीरे आपको अन्य आवाजें भी सुनाई देंगी जो आंरभ

में तो तेज न होने के कारण सुनाई नहीं देगी पर जैसे–जैसे आप ध्यान करते जाएंगे ये आवाजे स्पष्ट होती जाएगी, कभी आप धीमीं गति से बह रहे नदी के जल प्रवाह की आवाज सुनेंगे तो कभी रिमझिम गिरती बारिश के बूंदो की। वे सारी आवाजें जो आप बाहर की दुनिया में सुनते है आपको अपनें अंदर भी सुनाई देंगी और धीर–धीरे कब आप आत्मा–अनुभूति की ओर कदम बढ़ा चुके होगें आपको पता भी नही चलेगा।



<u>ध्यान लगाने के लिए निम्न प्रक्रिया का पालन करना होगा।</u>

1. ध्यान साधक को नियमित अभ्यास के लिए एकान्त कक्ष हो जो कोलाहल से दूर हो और जहॉ आप आराम से बैठ सके। आप पालथी मारकर या कुर्सी पर बैठे–बैठे ध्यान लगा सकते है।
2. आँखे बंद कर ले और कानों में ईयर प्लग या रूई का उपयोग भी कर सकते है।
3. हल्कें रंग के ढीले वस्त्र जो जयादा कसे हुए न हो तथा सूती या रेशमी हो वह पहनने में प्रयोग कर सकते है।
4. दस लंबी सॉस लें धीरे–धीरे, आराम से और गहरी सॉस लें उसी तरह आराम से सॉस छोड़े। सॉस छोड़ते समय दस से एक की उल्टी गिनती गिने, याद रहे गिनती सिर्फ सॉस छोडते समय गिनें लेते समय नहीं।
5. अपने अंदर की आवाज पर ध्यान केंन्द्रित करें, मस्तिष्क में चल रही आवाजों को सिर्फ सुने, उसका विश्लेषण कदापि न करें, सुनने की चाहत भी न करें, वो खुद सुनाई देगी, मन शांत रखें।
6. अपनी सोंच को भटकने न दें अगर कभी सोच भटकती है, तो परेशान न हों, खीझे नहीं, प्यार से मुस्कुराकर उन्हे वापस अपनी ओर ले आइये। वैसे भी एक बार आपको मस्तिष्क में चल रही आवाजें सुनाई देने लगी तो खुद–ब–खुद अपनों का ध्यान वापस नही आ जाएगा अपको दिमाग बाहरी बातें को सोचना बंद कर देगा।

- सहीं रीति से ध्यान करने से उतने फायदे मिल सकतें है, जितने कि आप सोच भी नहीं सकते। नियमित रूप से ध्यान करने वाले साधक को कैसे आश्र्च्यजनक लाभ मिल सकता है।

1. दिल से संबधित बीमारियों से जुझ रहे लोगों के लिए नियमित ध्यान बेहद मददगार साबित होता है।
2. ध्यान से मानसिक चंचलता और अस्थिरता पर नियंत्रण आता है।
3. मानसिक तनाव, चिंता, भय और हीनभावना से छुटकारा मिलता है।
4. कमजोर दिमाग और भूलने की समस्या से मुक्ति मिलती है।
5. गुस्सा करने की आदत धीरे–धीरे काबू में आ जाती है।
6. पुरे दिन अच्छा और सकारात्मक माहौल बना रहता है।

★★★★★★★

पुखरायाँ कानपुर ट्रेन हादसा



कौशलेश राय
द्वितीय कमान अधिकारी

वैसे तो देश में हर साल छोटी–बड़ी लगभग 300 से ज्यादा रेल दुर्धटनाएं होती हैं लेकिन सदी का सबसे बड़ा रेल हादसा कानपुर के पुखरांया में हुआ। 20 नवम्बर 2016 को तड़के सुबह कंट्रोल रूम राष्ट्रीय आपदा मोचन बल, नई दिल्ली को खबर आयी कि पुखरायां कानपुर में इंदौर–पटना एक्सप्रेस के 14 डिब्बे सुबह 3 बजकर 10 मिनट पर पटरी से उतर गये हैं।

पटरी से उतरी कुल 14 बोगियों में स्लीपर क्लास की 08, एसी क्लास की 04 और सामान्य कोच की 02 बोगियॉ शामिल थी। इनमें से स्लीपर व एसी क्लास की 04 बोगियॉ पूर्ण रूप से क्षतिग्रस्त हो गयी थी, जिनमें सबसे अधिक यात्रियों की मृत्यु हुई थी। बोगियों की टक्कर इतनी तीव्र थी कि बोगियॉ एक दूसरे के अन्दर घुस गयी थीं। घटनास्थल का दृश्य इतना भयावह था कि हर तरफ लोगों की चीख पुकार, अव्यवस्थित भीड़ और पूर्ण रुप से क्षतिग्रस्त डिब्बे उलट–पुलट जमीन पर पड़े थे जिसमें महिलाऐं, बच्चे, बूढे और वयस्कों के मृत शरीर लहूलुहान अवस्था में दबे कुचले पड़े थे ।



घटना की जानकारी मिलते ही 11वीं राष्ट्रीय आपदा मोचन बल वाराणसी से 5 टीमें समस्त राहत बल के साथ सुबह रवाना हुई। 8वीं राष्ट्रीय आपदा मोचन बल की दो टीमें भी एयरक्राफट द्वारा इस दुर्घटना में राहत बचाव कार्य के लिए आयी। घटनास्थल पर लखनऊ से दो टीमें सबसे पहले पहुँची और घटना का जायजा लेते हुए, तुरन्त राहत बचाव कार्य में जुट गईं।

श्री अमरेन्द्र कुमार सेंगर महानिरीक्षक और श्री आर0 के0 राणा उप महानिरीक्षक राहत बचाव कार्य का नेतृत्व करने घटनास्थल रवाना हुये। राष्ट्रीय आपदा मोचन बल के अलावा पुलिस, जिला प्रशासन, स्वयं सेवी संगठन, फायर ब्रिगेड, होमगार्ड और सेना के लोग राहत बचाव के कार्य में जुटे। घटना स्थल पर टूटी–फूटी बोंगियों में से बल के कार्मिकों ने क्षतविक्षत मृत शवों को बाहर निकाला। इसी बीच कई बोगियों में लोगों के जीवित बचे होने के आसार भी नजर आ रहे थे जिनको राष्ट्रीय आपदा मोचन बल के कार्मिको ने बिना समय गॅवाये उपकरणो की सहायता से डिब्बे की मजबूत लोहे की चादरों को काटकर यात्रियों को जीवित बाहर निकाला। लगातार दो दिन चले इस राहत बचाव कार्य में राष्ट्रीय आपदा मोचन बल के कार्मिकों ने अपनी कार्यदक्षता और साहस का परिचय देते हुए 55 यात्रियो को जीवित बचाया और 74 शवों को बाहर निकाला।

राष्ट्रीय आपदा मोचन बल का नेतृत्व श्री रणदीप कुमार राणा डीआईजी कर रहे थे। इनके निर्देशन में राहत कर्मियों ने अदम्य साहस, कार्यकुशलता और प्रोफेशनल तरीके से बचाव कार्य किया और अनेक लोगों की जान बचाई। बचाव कार्य का जायजा लेने के लिये स्वयं श्री आर0के0 पचनंदा, महानिदेशक राष्ट्रीय आपदा मोचन बल ने घटनास्थल का दौरा किया।





राष्ट्रीय आपदा मोचन बल की मेडिकल टीम ने जीवित और घायल यात्रियों को घटनास्थल पर ही प्राथमिक उपचार देते हुए, गम्भीर रूप से घायल यात्रियों को जिला अस्पताल में भर्ती कराया।

राष्ट्रीय आपदा मोचन बल द्वारा हाल के दिनों में किये गये आपरेशन में यह सबसे बड़ा सर्च एण्ड रेस्क्यू ऑपरेशन था।

★★★★★★★





DISASTER RESPONSE

TRAIN ACIDENT IN ANDHRA PRADESH

On 22nd January, 2017, eight bogies of Hirakhand express running from Jagdalpur to Bhubaneshwar derailed at Kuneru, Distt-Vizianagaram, Andhra Pradesh and several persons were feared trapped under the boggies. Five rescue teams of NDRF immediately rushed to the spot. Dog squad and technical search was simultaneously used to locate the victims. Due to prompt response, NDRF teams saved 13 lives and retrieved 15 dead bodies.





NDRF Bravehearts During Train Accident in Andhra Pradesh

AFTER FOURTEEN HOURS, A THREE YEAR OLD GIRL RESUED BY NDRF IN KANPUR

On 01st February 2017, an under construction multi story building collapsed at Jajmau Thana-Chakeri, Distt- Kanpur, UP and several persons were trapped under the debris. 05 search and rescue teams of NDRF immediately rushed to the spot. The search components consisting of trained dogs and technical squad were simultaneously swung in to action to locate the victims. NDRF teams did commendable job by safely taking out a three year old girl namely Shusila after fourteen hrs of incident. In a week long rescue operation, NDRF teams evacuated 12 live victims and retrieved 06 bodies.





NDRF Responders With Rescued Baby Girl at the Site of Building Collapse in Kanpur

NDRF RESCUED ONE WOMEN FROM DROWNING DURING MAGHI PURNIMA MELA

On the occasion of Maghi Purnima Mela, One NDRF team was deployed at Distt-Sahibganj, Jharkhand w.e.f. 07-17th February 2017 for emergency response. On 10 Feb 2017 at about 1420 hrs, one woman namely Talamui Soren, aged 30 years, Resident of Village- Talwa, Distt-Pakur (Jharkhand) suddenly got trapped in the slushy water, while taking holy bath in the river Ganga at Rajmahal ghat. Alert rescuers of NDRF team responded promptly and rescued the precious life.





Prompt Response by NDRF Saved Devottee in River Ganaga

RESPONSE TO CHEMICAL EMERGENCY BY NDRF

On 9th Jan 2017, a tanker laden with nitric acid overturned near Khelgaon, Ranchi and created panic among the locals. On the requisition of Jharkhand State Disaster Management Department, a CBRN combat team of NDRF immediately rushed to the spot from its Regional Response Centre (RRC). NDRF team covered the spillage area by soil with the help of JCB and shifted tanker to a safer place.





CBRN team of NDRF in Action at Khelgaon, Ranchi

SEARCH OPERATION BY NDRF AT NIT GHAT, PATNA

On 14th January, 2017, an overloaded boat capsized in the river Ganga near Patna, several people drowned. 03 Search and Rescue teams of NDRF comprising of deep drivers launched massive search operation, which continued throughout the night in freezing temparature and retrieved 04 bodies.





Massive Search Operation by NDRF at NIT Ghat, Patna

REPUBLIC DAY PARADE 2017

Two Chemical, Biological, Radiological & Nuclear (CBRN) teams of NDRF with HAZMAT vehicle, a specialist vehicle to provide protection against CBRN threat were deployed at Rajpath during Republic Day Parade-2017.





Close Vigil by NDRF CBRN Team

EMERGENCY COVER BY NDRF DURING FESTIVALS

GANGA SAGAR MELA -2017

The Ganga Sagar Mela, at Distt-South 24 Paragna, West Bengal, one of the biggest religious events of the country that witnessed the gathering of lakhs of pilgrims in month of January, 2017. Two teams of NDRF were deployed on Ghats at Ganga Sagar to respond any emergency. Apart from deployment, NDRF teams provided pre-hospital treatment to needy and shifted them to hospital for further treatment.





NDRF Helping Hand to Needy

SABARIMALA FESTIVAL

Two teams of NDRF were deployed at Sabarimala Ayappa Temple, Kerala in connection with Sabarimal festival for emergency response w.e.f 16-22 January 2017. During deployment NDRF teams assisted 303 pilgrims.





NDRF Helping Hand to Needy

MOCK DRILLS

Earthquake: To create awareness about the steps to be taken during an earthquake, mock drill on earthquake disaster was conducted by NDRF at various places of Assam, Arunachal Pradesh, Andaman & Nicobar, Bihar, Delhi, Gujarat, Punjab, West Bengal and Tripura. NDRF teams also participated in a state level mock exercise in Uttarakhand. Over 12,000 persons attended these mock exercises.





Flood Rescue : During this quarter, Mock exercise on flood rescue was organized by NDRF in Odisha at Naraj Barrage (Mahanadi River) in Cuttak, Puducherry and Ambedkar Nagar, Chennai, Tamilnadu which was attended by 620 persons.





Industrial/Chemical Disaster: During this period, Mock Exercise on "Industrial Disaster" was conducted by NDRF at IOC Betkuchi, Assam, ONGC Iimited, West Tripura, BPCL Raiganj (WB), Kolaghat Thermal Power Station. Medinipur, W.B, HPCL, Kajijode, Chemplasr Sanmar limited, Sipcot Industrial, Caddolor, Tamilnadu, Malabar Fuel Corporation, Kerala, IOCL, Vadodara, Gujarat, GAIL, Sultanpur Sector-128, U.P, JNTUK, Kakinada Ground, East Godavari, Andhra Pradesh and GAIL, Waghodia, District- Vadodara, IFFCO Ltd, Kalol, Gandhinagar and Reliance Oil Refinery Jamnagar, Gujarat. These exercises were attended by more than 2600 persons.





Fire Fighting: During this period, demonstration on “Fire Fighting and Fire Prevention” was conducted by NDRF at 14 Field Ammunition Depot Narangi Army Camp and Deputy Commissioner offices, East Khasi Hils, Shillong, Meghalaya. More than 500 Official staff of Army/Air witnessed the programme.





Rail Accident: In the process to effectively deal with rail accidents, a series of Joint Mock exercises with Indian Railways were conducted by NDRF at Khurda Town Railways Station, Odisha, South East Central Railways, Itwari, Nagpur & Aurangabad Railway Station, Maharashtra and Miyagam Karjan, Railways Station, Vadodara, Gujarat with Railways during this quarter. NDRF teams demonstrated their skill in victim triage and witnessed by more than 600 persons of Railways.





LPG Gas Leakage: A joint exercise on LPG leakage was organized by NDRF at Keri Engineering Collage, Sundargarh, NALCO, Jindal Steel Plant, NTPC Talchea, Angul, Odisha, BPCL & HPCL Bolting Plant, Khurda, Odisha, IOCL Petrolium Depot, Channghar, Jatni, Khurda, Odisha, GSECL, Distt-Anand, Gujarat, GAIL, Tal-Waghodia, Distt-Vadodara, BPCL, Panisalahat, Raiganj, Distt-Uttar Dinajpur, W.B and Bayer Crop Science Limited, Himmatnagar, Distt-Sabarkantha, Gujarat which were attended by nearly 2500 persons.





DISASTER MANAGEMENT TRAINING TO SDRF

During this period, NDRF imparted Disaster Management training to over 500 SDRF personnel of Andhra Pradesh, Assam. Gujarat, Kerala, Maharashtra, Odisha, Rajasthan, Uttarakhand and Lakkasdweep.





SCHOOL SAFETY PROGRAMME

During this period, 84 School Safety Programmes were conducted by NDRF at various schools/colleges of Assam, Arunachal Pradesh, Andhra Pradesh, Bihar, Delhi, Jharkhand, Lakshadweep, Meghalaya, Madhya Pradesh, Maharashtra, Odisha, Tripura, Tamilnadu and West Bengal. NDRF teams sensitized the students about the safety measures to be taken during any disaster in the school. More than 27,000 students were sensitized by these programmes.





सामुदायिक क्षमता निर्माण जागरूकता/जन–जागरूकता अभियान

झारखण्डः– इस तिमाही के दौरान एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा धनबाद जमशेदपुर बोकारो गिरिडीह एवं रामगढ में विभिन्न स्थानों पर 374 लोगो को भूकम्प, बाढ एवं भूस्खलन के समय बरती जाने वाली सावधानियों व की जाने वाली कार्यवाहियों तथा बचाव के उपायो पर व्याख्यान दिये गये।





अरूणाचल प्रदेशः– इस तिमाही के दौरान एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा अरूणाचल के विभिन्न स्थानों पर 1411 लोगों को प्राथमिक चिकित्सा, मेडिकल फस्ट रेस्पांस, विक्टीम कैरिगं विधियों आदि पर प्रशिक्षण भी दिया गया।





आन्ध्रप्रदेशः– एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा जनवरी– मार्च माह मे गुंटूर व कृष्णा जनपदो में 5238 लोगों को आपदा प्रबन्धन प्रशिक्षण दिया गया।





सामुदायिक क्षमता निर्माण जागरूकता/जन–जागरूकता अभियान

बिहारः– इस तिमाही के दौरान एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा बिहार के पटना, द्दपरा तथा सुपौल जनपदों में लोगों को सर्प दश, भुंकम्प, अस्तपाल पूर्व प्राथमिक उपचार के बारें में जानकारी दी गयी जिसमें लगभग 4223 लोगों ने भाग लिया।





ओडिशाः– इस तिमाही के दौरान एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा ओडिशा के कटक, बालासोर, सुन्दरगढ़, खुर्दा, भुवनेश्वर तथा मुंङली जनपदो के विभिन्न स्थानों पर आपदा प्रबन्धन प्रशिक्षण कार्यक्रम के तहत प्रर्दशनों व व्याख्यानों का आयोजन किया गया। जिसमें कुल मिलाकर 6587 व्यक्तियों ने भाग लिया।





महाराष्ट्रः– इस तिमाही में एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा मुम्बई, अहमदनगर, पुणे तथा नागपुर जिलों के विभिन्न स्कूलो, कालेजों और ग्रामीण इलाकों में आपदा प्रशिक्षण कार्यक्रम के तहत लोगों को आपदाओं से बचाव के तरीकों के बारे में जानकारी दी गयी जिसमें लगभग 6748 लोगों ने भाग लिया।





सामुदायिक क्षमता निर्माण जागरूकता/जन–जागरूकता अभियान

पश्चिम बंगालः– एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा इस तिमाही में पश्चिम बंगाल के विभिन्न स्थानों में जन जागरूकता अभियान मे कुल मिलाकर 1960 स्थानीय लोगों ने भाग लिया।





तमिलनाडूः– एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा दिनांक 05–10/01/2017 तक कान्चीपुरम, दिनांक 06–11/02/2017 तक कन्याकुमारी तथा दिनांक 11/01/2017 को चैन्नई जनपदो' के विभिन्न स्थानों में भूकम्प एवं बाढ के दौरान बरती जाने वाली सावधानियों तथा बचाव के उपायो पर व्याख्यान दिये गये तथा प्राथमिक उपचार, विक्टीम कैरिगं विधियों आदि का प्रशिक्षण भी दिया गया। जिसमें कुल 2837 लोग लाभान्वित हुए।





दिल्लीः– एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा दिल्ली के विभिन्न स्थानों में जन–जागरूकता कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। जिसमे कुल मिलाकर 1174 स्थानीय नागरिको' को आपदाओं के दौरान बरती जाने वाली सावधानियों तथा बचाव के तरीको की जानकारी दी गयी।





सामुदायिक क्षमता निर्माण जागरूकता/जन–जागरूकता अभियान

त्रिपुराः– जनवरी माह में एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा त्रिपुरा के खोवइ के विभिन्न स्थानों पर प्राथमिक चिकित्सा, भूकम्प एवं बाढ विषय पर जनजागरण अभियान चलाया गया। इस कार्यक्रम से कुल 748 लोग लाभान्वित हुए।




असमः– एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा इस तिमाही में लोगो को बाढ एवं भूकम्प के बारे में जानकारी देने के उद्देश्य से असम के विभिन्न स्थानों पर प्रर्दशनों व व्याख्यानों के जरिय कुल मिलाकर 2038 व्यक्तियों को प्रशिक्षण दिया गया।




हरियाणाः– दिनांक– 06 से 11.03.17 तक एन0 डी0 आर0 एफ0 द्वारा हिसार में विभिन्न स्थानों पर प्राथमिक चिकित्सा, भूकम्प एवं बाढ के समय बरती जाने वाली सावधानियों व की जाने वाली कार्यवाहियों तथा बचाव के उपायों के बारे में 3541 लोगो को जानकारी दी गयी ।




OTHER IMPORTANT ACTIVITIES

UNESCAP & DEPwD DELEGATION VISITED NDRF HQ, NEW DELHI

On 17th March, 2017, a Delegation of United Nations Economic and Social Commission for Asia and the Pacific (UNESCAP) and Department of Empowerment of Persons with Disabilities (DEPwD), Ministry of Social Justice & Empowerment visited National Disaster Response Force (NDRF) HQ, New Delhi in context of holding a national consultation and Data collection on Disability statistics in India. Sh. Amrendra Kumar Sengar, Inspector General, NDRF chaired the meeting and also given an overview on NDRF and its activities.





Representatives of UNESCAP & DEPwD at NDRF HQ New Delhi

NDRF INITIATIVES ON CASHLESS TRANSACTIONS

On 4th January 2017, a programme on cashless transactions was organized by NDRF at it HQ in New Delhi to encourage Force personnel to use e-wallets for their daily expenses and promote a cashless economy. Sh. Mudit Narayan, representative of NITI Aayog briefed NDRF personnel about the online system, V-Map, new age banking system and its benefits and encouraged to install mobile applications on their mobile phones for cashless transactions and made aware of secure transactions The programme was attended by officials from all NDRF Battalions.





Programme on Cashless Transactions by Representative of NITI Aayog

NDRF CELEBRATED 12TH RAISING DAY

On 31st January, 2017, 12th Raisng Day of NDRF was celebrated at Vigyan Bhawan, New Delhi. The Hon'ble Minister of State for Home, Shri Kiren Rijiju, graced the occasion as the Chief Guest, released NDRF pictorial and souvenir and applauded NDRF for its commendable performance during numerous calamities throughout the year.

Hon'ble Minister presented Jeevan Raksha Padak to the families of NDRF Martyrs for their supreme sacrifice they made for the country. Hon'ble Minister also unveiled a NDEM web portal, jointly developed by ISRO and NDRF. The Programmes was witnessed by representatives from different organizations, various ministries, NDMA, NIDM, CPOs and media persons.





Releasing of NDRF Souvenir and Felicitation of Martyres Families by Chief Guest

NDRF ORGANIZED A PROGRAMME ON "INNER STRENGTH AND DISASTER RESILIENCE

On 03rd February, 2017, a programme on "Inner Strength and Disaster Resilience" was organized by NDRF at Vigyan Bhawan, New Delhi. Hon'ble Minister of state for Home Affairs, Sh. Kiren Rijiju graced the occasion as chief guest in the presence of Gurudev Sri Sri Ravi Shankar.

Mr. Rijiju applauded NDRF for organizing such a stress management event for the force personnel. Gurudev Sri Sri Ravi Shankar provided inputs on de-stressing. Gurudev also interacted with the audience and answered their questions. The programme was attended by over 800 personnel of NDRF.





Lighting of Lamp by Sh. Kiren Rijiju, Minister of State (H) in presence of Sri Ravi Shankar and DG NDRF

STONE FOR NEW NDRF CAMPUS IN KRISHNA, ANDHRA PRADESH

On 9th January, 2017, Union Home Minister Shri Rajnath Singh laid the foundation stone of the new NDRF campus at Konda Pavuluru, Gannavaram (Mandal), Krishna, Andhra Pradesh in presence of the Union Minister for Urban Development, Housing and Urban Poverty Alleviation and Information & Broadcasting, Shri M. Venkaiah Naidu and Chief Minister of Andhra Pradesh Shri Chandrababu Naidu.This campus will come up in 50 acres land and will houses 10th Battalion of NDRF.





The Guard of Honor to Sh. Rajnath Singh, Hon'ble Home Minister

BIHAR DIWAS-2017

On 23rd March, 2017 on occasion of foundation day of Bihar, demonstration on collapsed structure and chemical emergency was organised by NDRF at Gandhi Maidan, Patna to enhance awareness level of civilians, students and different stakeholders in the field of disaster management. Besides, display of safety equipment attracted youngsters, students and ladies to Disaster Management pavillion. More than 1.5 lakhs people including school students benefited from these various programmes





Exhibition of Disaster Response Euipment









National Disaster Response Force

Working Towards a disaster resilient Nation

