साप्ताहिक
Live not just breaTHE

# दि कार्मिक पोस्ट

MPHIN/2015/63220
MP/IDC1528/22-23

Global School Of Excellence, Obedullaganj

वर्ष : 9, अंक : 14 ( प्रति बुधवार ),इन्दौर, 22 नवंबर 2023 से 28 नवंबर 2023 पेज :८ कीमत : 3 रुपये

# सस्टेनेबल डेवलपमेंट से कम होगा कार्बन उत्सर्जन, आर्किटेक्ट् इंजिनियर की नेशनल कांन्फ्रेस का समापन

**इंदौर पर्यावरण में कार्बन उत्सर्जन कम करने की चिंता अभी तक अंतराष्ट्रीय फोरम पर होती थी, लेकिन अब यह भारत के इंदौर जैसे शहर मे भी हो रही है, जो सुखद संकेत है। धरती का तापमान बढ़ रहा है, जो खतरे की घंटी है। इसलिए हमें पुन परंपरागत जीवन की ओर लौटना होगा तभी हम यू एन ओ द्वारा क्लाइमेट न्यूट्रल इकॉनामी के लक्ष्य को हासिल कर पायेंगे। जरूरत है लो कास्ट पर सस्टेनेबल डेवलपमेंट किया जाये। ये विचार मध्य प्रदेश ओधोगिक विकास निगम के एक्जुकेटिव डाइरेक्टर राजेश राठौर के है, जो उन्होंने आर्किटेक्ट् इंजिनियर की दो दिवसीय नेशनल कॉफ़्रेस के सपापन अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप मे कहे। यह आयोजन द इंस्टीट्यूशन ऑफ इंजिनियर ने ब्रियलेंट कंवेशन सेंटर में किया गया था, जिसमें 100 आर्किटेक्ट इंजिनियर ने भाग लिया था।**

स्वागत उद्बोधन मे संस्था अध्यक्ष इंजीनियर आर पी गौतम ने कहा कि आज ऐसे निर्माण होने चाहिए जो सस्टेनेबल डेवलपमेंट के दायरे में आते हो। इंडस्ट्री ऑफ प्लानिंग के सेक्रेटरी जनरल वी पी कुलश्रेष्ठ ने कहा कि हमे सस्टेनेबल सिटी बनाना होगी, जिसमें ट्रांसपोर्ट, शहरीकरण ,ग्रीन बिल्डिंग, वेस्ट मैंनेजमेंट पर काम करने की आवश्यकता है। इस दिशा मे सरकार को भी ध्यान देने की जरूरत है। वेस्टेज कम से कम हो और उसका निष्पादन भी होना जरूरी है। अध्यक्षीय उद्बोधन में सुभाषित बनर्जी ने कहा कि सस्टेनबल डेवलपमेंट पर हम सबको मिलकर काम करना होगा अन्यथा नुक्सान होना निशिंत् है। केंद्रीय लोक निर्माण विभाग के रिटायर्ड अधिकारी अनिल कुमार पंडित ने कहा कि आर्किटेक्ट् को रेट्रो फ़िटिंग पर ध्यान देना चाहिए यानि जो पुरानी मशीन हैं,उसमें एक नया उपकरण डालकर उसे और बेहतर बनाया जाए । इससे वहनीयता बढ़ जाती है। इंजिनियर सचिन पालीवाल ने कहा कि 1991 में एसजीएसआईटीएस के विधार्थियों को जो केफेटेरिया बनाकर गिफ्ट दिया था, उसे पुरानी बिल्डिंग को तोड़कर उसी मटेरियल से ही उसे तेयार किया था ,यह रिसायक्लिग्स का एक अच्छा उदाहरण है। आर्किटेक्ट प्रियंका अग्रवाल ने गुजरात के कच्छ क्षेत्र में बढ़ते सूखे पर चिंता प्रकट करते हुए कहा कि अगर अभी भी हमने ध्यान नहीं दिया तो स्थिति गंभीर हो जायेगी।

अत जरूर है कि सरकार इस क्षेत्र में नया इको सिस्टम बनाये। क्षेत्र मे विशेष प्रकार की घास लगाई जाए। साथ ही राजस्थान का विशेष पक्षी ग्रेट इंडियन बस्टर्ड की प्रजाति को बसाया जाये, क्योंकि इसकी संख्या दिनों दिन, कम हो रही है। चेयरमैन संदीप देब ने भी विचार रखे। अतिथि स्वागत आर पी गौतम, डॉ, मनिता सक्सेना, राजीव आर्य, इंजिनियर रमेश चौहान, डॉ, शिल्पा त्रिपाठी ,आर पी गौतम ने किया। मीडिया प्रभारी प्रवीण जोशी ने बताया कि कॉफ़्रेस मे अतिथि वक्ताओ ने अपनी बात पॉवर पॉइंट प्रजेंटेशन से रखी । सवाल जवाब भी हुए।कार्यक्रम का संचालन आर्किटेक्ट कामिनी वड्नोरे और राहुल डोंगरे ने किया। आभार माना डॉ, शिल्पा त्रिपाठी ने। कार्यक्रम मे डॉ, सांवरलाल शर्मा,आर्किटेक्ट डॉ, रुचिका शर्मा, वैशाली शर्मा, अनुग्या शर्मा, प्रतिक अहिरवार सहित बड़ी संख्या मे आरिकीटेक् और इंजिनियर उपस्थित थे।

# डब्ल्यूएचओ ने पांच साल से कम उम्र के बच्चों में कुपोषण से निपटने के लिए नए दिशा निर्देश किए जारी

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) ने गंभीर कुपोषण की रोकथाम और प्रबंधन के लिए नए दिशा-निर्देश जारी किए हैं। इसमें डब्ल्यूएचओ ने दुनिया भर में पांच साल से कम उम्र के बच्चों में गंभीर कुपोषण के खिलाफ मुकाबले को आगे बढ़ाने की बात की है। यह मील का पत्थर दुनिया भर में कुपोषण की गंभीर समस्या से निजात पाने के लिए एक अहम है। कुपोषण दुनिया भर में लाखों बच्चों पर बुरा असर डालता है। साल 2015 में, दुनिया ने सतत विकास लक्ष्यों (एसडीजी) को हासिल करने के लिए प्रतिबद्धता जताई, जिसमें 2030 तक सभी प्रकार के कुपोषण को खत्म करने का महत्वाकांक्षी लक्ष्य भी शामिल है। हालांकि, इन प्रतिबद्धताओं के बावजूद, गंभीर कुपोषण वाले बच्चों का अनुपात चिंताजनक स्तर पर बना हुआ है। 2022 में दुनिया भर में पांच साल से कम उम्र के अनुमानित 4.5 करोड़ बच्चों को प्रभावित करेगा। साल 2022 में, लगभग 73 लाख बच्चों के गंभीर कुपोषण (एसएएम) का इलाज हुआ। हालांकि उपचार की कवरेज में वृद्धि हुई है, लेकिन सबसे बुरी तरह प्रभावित कई देशों में गंभीर कुपोषण से पीड़ित बच्चों को अभी भी ठीक होने के लिए जरूरी देखभाल नहीं मिल पा रही है। बच्चों की कमजोरी पर वैश्विक कार्य योजना (जीएपी) ने गंभीर कुपोषण की रोकथाम और प्रबंधन में सरकारों का समर्थन करने के लिए नए मानक मार्गदर्शन की आवश्यकताओं की पहचान की है। डब्ल्यूएचओ ने इस तुरंत की जाने वाली कार्यवाई का जवाब दिया और एक व्यापक दिशा निर्देश विकसित किए जिसमें साक्ष्य-आधारित सिफारिशें शामिल हैं। यह दिशा निर्देश देशों को बच्चों और उनके परिवारों के लिए सबसे अच्छी सेवाएं प्रदान करने के लिए लगातार देखभाल पर विशेष जोर देने के साथ गंभीर कुपोषण को रोकने और प्रबंधित करने में मदद करता है।

# पहली बार दो डिग्री सेल्सियस की सीमा के पार पहुंचा दैनिक तापमान

**लंदन। यूरोपियन सेंटर फॉर मीडियम-रेंज वेदर फोरकास्ट्स (ईसीएमडब्ल्यूएफ) के प्रारंभिक विश्लेषण के मुताबिक, 17 नवंबर, 2023 को वैश्विक तापमान दो डिग्री सेल्सियस की सीमा को पार कर गया था। इस दिन तापमान औद्योगिक काल से पहले (1850-1900) के औसत तापमान की तुलना में 2.06 डिग्री सेल्सियस अधिक दर्ज किया गया जो अपने आप में एक रिकॉर्ड है। इससे पहले कभी भी तापमान इस सीमा पर नहीं पहुंचा था।**

ईसीएमडब्ल्यूएफ में कॉपरनिकस क्लाइमेट चेंज सर्विस की उप निदेशक सामंथा बर्गेस ने इस बारे में सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म एक्स, जिसे पहले ट्विटर के नाम से जाना जाता था, पर जानकारी साझा करते हुए लिखा है कि 17 नवंबर 2023 को वैश्विक तापमान 1991 से 2020 के औसत तापमान की तुलना में 1.17 डिग्री सेल्सियस अधिक दर्ज किया गया। जो उसे रिकॉर्ड का अब तक का सबसे गर्म बनाता है। डब्लूएफएलए न्यूज चैनल 8, टाम्पा बे के मुख्य मौसम विज्ञानी और जलवायु विशेषज्ञ जेफ बेरार्डेली ने इस बारे में एक्स पर लिखा है कि दो डिग्री सेल्सियस की सीमा को अस्थाई रूप से पार करना अल नीनो और इंसानों की वजह से जलवायु में आते बदलावों से जुड़ा है। वैज्ञानिकों ने यह भी चेतावनी दी है कि अल नीनो, जोकि अल नीनो-दक्षिणी दोलन (ईएनएसओ) का गर्म चरण है, वो पहले से कहीं ज्यादा प्रबल हो गया है। विश्व मौसम विज्ञान संगठन (डब्ल्यूएमओ) द्वारा जारी रिपोर्ट के मुताबिक यह स्थिति 2023 के बसंत में उभरना शुरू हुई, जो गर्मियों के दौरान तेजी से बढ़ती रही और सितंबर 2023 में मध्यम स्तर तक पहुंच गई थी। वहीं वैज्ञानिकों ने आशंका जताई है कि इस सर्दी में अल नीनो का प्रभाव प्रबल रहने की 90 फीसदी संभावना है। विश्व मौसम विज्ञान संगठन (डब्ल्यूएमओ) पहले ही इस बात की आशंका जता चुका है कि मौजूदा अल नीनो की घटना अप्रैल 2024 तक जारी रह सकती है। इससे न केवल मौसम के मिजाज पर असर पड़ेगा साथ ही जमीन और समुद्र दोनों के तापमान में वृद्धि होगी। राष्ट्रीय मौसम सेवा के जलवायु पूर्वानुमान केंद्र ने इस बात की 35 फीसदी आशंका जताई है कि अल नीनो नवंबर से जनवरी की अवधि के दौरान ऐतिहासिक रूप से प्रबल हो सकता है। वहीं सेंटर फॉर इंटरनेशनल क्लाइमेट रिसर्च में क्लाइमेट मिटिगेशन ग्रुप के शोध निदेशक ग्लेन पीटर्स ने एक्स पर जानकारी साझा करते हुए लिखा है कि, इसका मतलब है कि साल 2024, 2023 से भी अधिक गर्म रह सकता है। गौरतलब है कि साल 2023 में पहले ही कई रिकॉर्ड बने और टूटे हैं। 2023 स्टेट ऑफ क्लाइमेट रिपोर्ट भी इस बात की पुष्टि करती है, जिसके मुताबिक 12 सितम्बर 2023 तक साल में 38 दिन ऐसे दर्ज किए गए जब तापमान 1.5 डिग्री सेल्सियस से अधिक था। यह आंकड़ा किसी भी अन्य साल से अधिक है। इतना ही नहीं इस वर्ष जून से अगस्त तक की अवधि अब तक की सबसे गर्म अवधि रही। यूरोपियन यूनियन की कॉपरनिकस क्लाइमेट चेंज सर्विस ने पुष्टि की है कि एक तरफ जहां इस साल अक्टूबर का महीना अब तक का सबसे गर्म अक्टूबर रहा। वहीं साथ ही 2023 का सबसे गर्म वर्ष होना करीब-करीब तय हो गया है। बता दें कि जुलाई, अगस्त, सितम्बर और अब अक्टूबर के रिकॉर्ड में सबसे गर्म रहने के बाद यह करीब-करीब तय माना जा रहा है कि वर्ष 2023, जलवायु इतिहास का अब तक का सबसे गर्म साल होगा। बढ़ते तापमान के मामले में समुद्र भी पीछे नहीं है। वैश्विक और उत्तरी अटलांटिक दोनों समुद्री सतह के तापमान ने नए इस साल नए रिकॉर्ड बनाए है। जहां अमेजन ने अभूतपूर्व सूखे का अनुभव किया, वहीं अमेजॉन की सबसे बड़ी सहायक नदी, नीग्रो का जल स्तर 120 वर्षों के अपने सबसे निचले स्तर पर पहुंच गया। इसकी वजह से नदी यातायात के साथ-साथ स्थानीय कस्बों और गांवों में बिजली आपूर्ति पर भी गहरा प्रभाव पड़ा। 2023 स्टेट ऑफ क्लाइमेट रिपोर्ट के अनुसार, यह एक संकेत है कि हम अपने ग्रह की प्रणालियों को खतरनाक रूप से अस्थिरता की ओर धकेल रहे हैं।क्लाइमेट इमरजेंसी इंस्टीट्यूट के संस्थापक पीटर कार्टर ने एक्स पर लिखा कि, उत्तरी गोलार्ध में सर्दियों में बढ़ता तापमान गर्मियों की तुलना में अधिक है, जहां तापमान दो डिग्री सेल्सियस से कहीं अधिक है। इतना ही नहीं यदि गत 12 महीनों को देखें तो वो पिछले 125,000 वर्षों में सबसे गर्म रहे हैं। जब तापमान औद्योगिक काल से पहले की तुलना में 1.32 डिग्री सेल्सियस अधिक दर्ज किया गया है।

## जोशीमठ की तरह हिमाचल के लिंडूर गांव में भारी भू-धंसाव, मौसम में आ रहा बदलाव बड़ा कारण

**जोशीमठ में भू-धंसाव की तर्ज पर हिमाचल प्रदेश में जनजातीय जिले लाहौल के लिंडूर गांव में भी पिछले चार माह में भारी भू घंसाव देखा जा रहा है। लिंडूर गांव में अभी तक 16 घरों में दरारें आ चुकी हैं जिनमें 9 भवनों को भारी नुकसान पहुंच चुका है। वहीं दरारें बढ़ने का सिलसिला लगातार जारी है जिससे ग्रामीणों में भय का माहौल बन गया है। पिछले दो तीन वर्षों सें लाहौल स्पीति जिले में भारी बारिश और प्राकृतिक आपदाओं की घटनाएं अधिक देखने को मिली हैं, जिससे ग्रामीण और विशेषज्ञ भू-धंसाव की इस घटना को जलवायु परिवर्तन से भी जोड़कर देख रहे हैं।**

गौर रहे कि इस साल जुलाई माह में लाहौल-स्पीति जिले में बारिश से 72 सालों का रिकार्ड टूटा था। जिले में नौ जुलाई 2023 को 112.2 मिली मीटर बारिश हुई, जबकि सामान्य बारिश की अगर बात करें तो इस दिन केवल 3 मिमी बारिश होनी चाहिए थी। यानी कि एक दिन में 3640 प्रतिशत अधिक बारिश रिकॉर्ड की गई। आम तौर पर जुलाई महीने में इस जिले में 131.5 मिमी बारिश होती है। इसका मतलब है कि नौ जुलाई को यहां महीने भर के बराबर बारिश हो चुकी है। इससे पहले लाहौल स्पीति में 1951 में लाहौल स्पीति में 24 घंटों में 73 मिमी बारिश दर्ज की गई थी। लिंडूर गांव के हीरा लाल रास्पा ने बताया कि पिछले दो तीन सालों से गांव में भू-धंसाव की घटनाओं में तेजी आई है। इसके पीछे मुख्य कारण मौसम में आ रहा बदलाव है। उन्होंने बताया कि इस बार भारी बारिशें हुई हैं जिससे पूरे गांव में दरारें बढ़ गई हैं और इससे निपटने के लिए जल्द ही काम करने की जरूरत देखी जा रही है। इसके अलावा गोहरमा पंचायत की प्रधान सरिता ने बताया कि लिंडूर गांव के सभी घरों में दरारें आ चुकी हैं और लोगों की खेती वाली जमीनों को भी भारी नुकसान पहुंचा है। उन्होंने कहा कि लोगों में भय बना हुआ है और हमने प्रशासन से गांव को बचाने और दरारें के कारणों की शीघ्र जांच पूरी कर आगामी कार्रवाई करने की मांग की है। जिला उपायुक्त लाहौल-स्पीति राहुल कुमार का कहना है कि लिंडूर गांव और इसके आसपास के इलाके आ रही दरारों और भू-धंसाव के कारणों की जांच के लिए आईआईटी मंडी और एनएचपीसी के विशेषज्ञों से क्षेत्र का सर्वेक्षण करवाया जा रहा है। दोनों संस्थाओं के विशेषज्ञों ने मौके का कई बार मुआयना कर लिया और अभी उनकी फाइनल रिपोर्ट आना बाकि है। इसके अलावा गांव के साथ लगते नाले को चैनलाइज करने के लिए चरणबद्ध तरीके से काम किया जा रहा है। क्षेत्र में बढ़ रही भू-धंसाव और प्राकृतिक आपदाओं को देखते हुए लिंडूर, जसरथ, जोबरंग, जुंडा, ताड़ग और फूड़ा गांव के लोगों ने क्षेत्र की पारिस्थितिकी में आए बदलावों पर गहन शोध की मांग की है। लाहौल पोटेटो सोसायटी के अध्यक्ष सुदर्शन जास्पा ने कहा कि जलवायु परिवर्तन का असर क्षेत्र में दिखने लगा है और इससे निपटने के लिए अब हमें सही नीतियों का निर्माण कर काम करने की जरूरत है। पिछले कुछ सालों में क्षेत्र में प्राकृतिक आपदाएं अधिक देखने को मिली हैं जो बड़ी चिंता का विषय है। हमने सरकार से पूरे क्षेत्र में गहन शोध करने की मांग की है और इसके बाद ही क्षेत्र में विकास को गति दी जाएगी। जम्मू केंद्रीय विश्वविद्यालय में पर्यावरण विभाग के प्रोफेसर डॉ सुनील धर का कहना है कि पर्यावरण में आ रहे बदलावों की वजह से बारिश की प्रवृत्ति पर गहरा असर पड़ा है अब एकदम बहुत अधिक बारिश देखने को मिल रही है जिसकी वजह से ढलानें अस्थिर हो रही हैं और भूस्खलन की घटनाएं बढ़ रही हैं। क्योंकि लाहौल स्पीति जिला कम बारिश वाले क्षेत्र में आता है और इस क्षेत्र में अब ज्यादा बारिश देखने को मिल रही हैं तो भूस्खलन की घटनाओं की वजह से नुकसान भी अधिक देखने को मिलेगा।

# हनुमानगढ़-श्रीगंगानगर में जारी सांसों का आपातकाल

**हनुमानगढ़। दिवाली के बाद भी कई शहरों में प्रदूषण थमने का नाम ही नहीं ले रहा है। स्थिति किस कदर बिगड़ चुकी है इसका अंदाजा इसी से लगाया जा सकता है कि हनुमानगढ़-श्रीगंगानगर में तो सूचकांक 400 के पार है। ऐसा नहीं कि प्रदूषण का यह कहर केवल बड़े शहरों तक सीमित है, इस मामले में छोटे शहर भी पीछे नहीं हैं। आंकड़ों पर गौर करें तो बेगूसराय-कोटा सहित 18 शहरों में हवा बेहद खराब है। वहीं भोपाल-बुलन्दशहर सहित 53 अन्य शहरों में हालात खराब हैं, जहां प्रदूषण का स्तर 200 के पार है।**

कुछ शहरों में तो स्थिति इतनी खराब हो चली है कि वहां सांस लेना तक दुश्वार हो गया है, ऐसा लगता है कि लोग गैस चैम्बर में रह रहे हैं। केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड द्वारा 20 नवंबर 2023 को जारी रिपोर्ट के मुताबिक देश के 239 में से महज 23 शहरों में हवा %बेहतर% रही। वहीं 60 शहरों में वायु गुणवत्ता %संतोषजनक% थी जबकि 83 शहरों में वायु गुणवत्ता %मध्यम% रही। भीलवाड़ा-जयपुर सहित 53 शहरों में प्रदूषण का स्तर दमघोंटू रहा, जबकि छपरा-सिरसा सहित 18 शहरों में प्रदूषण का स्तर जानलेवा हो गया है। वहीं हनुमानगढ़ (416), और श्रीगंगानगर (423) में प्रदूषण का स्तर आपात स्थिति में पहुंच गया है। कुल मिलकर देखें तो इन शहरों में स्थिति ऐसी हो गई है जैसे वो कोई गैस चैम्बर हैं। यदि दिल्ली की बात करें तो यहां वायु गुणवत्ता %बेहद खराब% श्रेणी में है, जहां एयर क्वालिटी इंडेक्स 47 अंक बढ़कर 348 पर पहुंच गया है। दिल्ली के अलावा फरीदाबाद में इंडेक्स 329, गाजियाबाद में 321, गुरुग्राम में 261, नोएडा में 331, ग्रेटर नोएडा में 318 पर पहुंच गया है। देश के अन्य प्रमुख शहरों से जुड़े आंकड़ों को देखें तो मुंबई में वायु गुणवत्ता सूचकांक 115 दर्ज किया गया, जो प्रदूषण के %मध्यम% स्तर को दर्शाता है। जबकि लखनऊ में यह इंडेक्स 198, चेन्नई में 50, चंडीगढ़ में 152, हैदराबाद में 74, जयपुर में 219 और पटना में 246 दर्ज किया गया। देश के महज जिन 25 शहरों में वायु गुणवत्ता सूचकांक 50 या उससे नीचे यानी %बेहतर% रहा, उनमें अरियालूर 30, बागलकोट 41, बिलासपुर 42, चामराजनगर 45, चेन्नई 50, चिकबलपुर 50, चिक्कामगलुरु 46, गडग 49, होसुर 50, कडपा 39, कोप्पल 45, मदिकेरी 34, मैसूर 50, नंदेसरी 50, पुदुचेरी 34, रामनाथपुरम 20, ऋषिकेश 42, सिलचर 42, शिवसागर 48, तिरुवनंतपुरम 31, थूथुकुडी 29, तिरुपति 48, विजयपुरा 42 शामिल रहे।

# पर्यावरण के प्रति जागरूकता बढ़ाने को मैराथन....

**बठिंडा** हार्टफुलनेस संस्था ने रविवार को सुबह जॉगर्स पार्क में 2 किमी का ग्रीन कान्हा रन (मैराथन) का आयोजित किया। ग्रीन कान्हा रन (मैराथन) का मुख्य उद्देश्य वातावरण के प्रदूषण, मृदा संरक्षण और ग्लोबल वार्मिंग की समस्या के समाधान के लिए पृथ्वी पर पौधरोपण करने के लिए जन सामान्य को जागरूक करना और इस कार्य में उनकी भागीदारी को बढ़ाना है। आयोजक संस्था हार्टफुलनेस केन्द्रों पर नि:शुल्क ध्यान सत्र आयोजित किए जाते हैं। न्यू कमला नेहरू कालोनी स्थित ध्यान केंद्र के समन्वयक ने सभी उपलब्ध कार्यक्रमों ( ब्राइटर माइंडस, युथ यूनाइट, नि:शुल्क ध्यान आदि) के बारे से सभी को अवगत कराया। कार्यक्रम में केंद्र समन्वयक अमित कुमार , प्रशिक्षक धीरज गोयल, दीपक कुमार , वीना पाठक एवं डॉ. संजीव पाठक, डॉ. नमन पाठक, तरुणा शुक्ला, विजय अग्रवाल, कुलवंत राय एवं प्रीतम सिंह विर्धि आदि मौजूद रहे।

## पर्यावरण के लिए चार किमी दौड़ा शहर

**भिवाड़ी** हरी भरी प्रकृति, प्रदूषण मुक्त पर्यावरण, पेड़ पौधों के पोषण, संरक्षण और रोपण की जागरूकता लिए हार्टफुलनेस संस्था की ओर से ग्रीन कान्हा दौड़ का भिवाड़ी में आयोजन किया गया। रन का शुभारंभ मुख्य अतिथि अनिल कुमार शर्मा उप महाप्रबंधक पावर ग्रिड भिवाड़ी ने हरी झंडी दिखाकर किया।

# तापमान में गिरावट से दिन और रात में होने लगा ठंड का अहसास

**इंदौर** दिन और रात का तापमान गिरने से अब रात के साथ-साथ दिन में भी ठंडक महसूस होने लगी है। अब तक रात का तापमान 17-18 डिग्री के आसपास रहा। जबकि, सोमवार रात का पारा 15.6 डिग्री पहुंच गया। इससे लोगों को सर्दी का अहसास होने लगा। ठंड से बचने लोगों ने स्वेटर-जर्सी का सहारा लिया। मौसम विभाग की मानें तो आने वाले कुछ दिन दिन और रात दोनों समय के तापमान में गिरावट आएगी। कंपकंपाने वाली सर्दी दिसंबर के दूसरे सप्ताह बाद ही पड़ेगी। वहीं, नवंबर माह के आखिरी दिनों में फिर तापमान ऊपर की ओर चढ़ेगा। पिछले एक सप्ताह में दिन का तापमान 29 से 32 डिग्री के बीच रहा। वहीं, रात का पारा 17.4 से 18.8 डिग्री के बीच मापा गया।

# आयुर्वेद, पर्यावरण व विज्ञान से सीधे जोड़ता है अक्षय नवमी का पर्व

**शाहपुर अक्षय नवमी कार्तिक महीने के शुक्ल पक्ष नवमी तिथि को मनाया जाने वाले पर्व है। अक्षयनवमी के पूजा से लोगो की मनोकामना के साथ अक्षय पुण्य मिलता है। यह पर्व मानव जीवन को आरोग्य प्रदान करने और सीधे विज्ञान, पर्यावरण व आयुर्वेद से जोड़ने का पर्व है।**

हिंदू धार्मिक मान्यताओं व ग्रंथों के अनुसार कार्तिक महीने के कृष्ण पक्ष पहली तिथि से लेकर पूर्णिमा तक प्रात:काल स्नान कर आंवले के वृक्ष में जल अर्पित उसकी परिक्रमा कर पूजा की जाती है। इसी बीच अक्षय नवमी के दिन कार्तिक का स्नान के पश्चात सामूहिक भोज का आयोजन किया जाता है। जिसमें आंवले के वृक्ष के नीचे श्रद्धालु चावल एवं दाल के साथ सामूहिक रूप से पूजा अर्चना करने के बाद प्रसाद स्वरूप ग्रहण करते हैं।

मान्यताओं के अनुसार आंवले के वृक्ष में भगवान विष्णु का वास होता है। उन्हें का पूजा होता है एवं भतुआ के फल को काटकर उसके बीच द्रव्य भरकर गुप्त दान किया जाता है। इसके साथ-साथ धरती में भी सप्तधान को गड्ढे बनाकर गडकर दान किया जाता है। जिसमें धान, गेहूं, मक्का, उड़द, चना,जौ व ज्वार-बाजार होता है। आयुर्वेद के अनुसार आंवला मानव जीवन को आरोग्य प्रदान करने वाला होता है। जिसमें क्षारीय गुण के साथ-साथ एंटीऑक्सीडेंट एंटीबायोटिक, मिनरल्स तथा विटामिन सी की भर प्रचुर मात्रा होती है। जिसे कई असाध्य रोगों का इलाज भी संभव होता है। इसके साथ-साथ इसमें विटामिन सी के साथ-साथ कई तरह के पोषक तत्व पाए जाते हैं। वही सप्तधान के तौर पर दान कर किए जाने वाले अनाजों में चना, गेहूं, चावल उड़द, मक्का व ज्वार-बाजार होते हैं। यह फल एवं सप्तधान के अनाज मानव जीवन को आरोग्य प्रदान करने वाले होते हैं जो सीधे मानवीय जीवन को आयुर्वेद व पर्यावरण से सीधे जोड़ने वाला है। सप्तधान में अनाज के आधुनिक विज्ञान के मोटे अनाज या मिलेट के रूप में निरोग रहने के लिए भोजन ने शामिल करने पर व्यापक पैमाने पर जोर दिया जा रहा है। इन अनाजो में प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, खनिज लवण के साथ वसा अधिक मात्रा में पाए जाते हैं और सुपाच्य भी होते हैं। आयुर्वेद चिकित्सक डॉ. सी. एन. पांडे के अनुसार आंवला को रसायन की संज्ञा दी गई है। रसायन आयु को स्थापित करता है। ब्राह्मंड में जितने भी उद्भिज है उसमें आंवला एक मात्र फल है जिसमे छह रसों में से लवण रस को छोड़कर सभी पांच रस पाए जाते हैं। आंवले के सेवन से शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है।

# राजनीतिक एजेंडे में शामिल हो पर्यावरण का मामला, खतरनाक स्तर पर वायु प्रदूषण

**नई दिल्ली। पिछले कुछ समय से राजधानी दिल्ली सहित देश के कई बड़े शहरों में वायु प्रदूषण जानलेवा स्तर तक पहुंच गया है। पिछले दिनों जब पूरी दिल्ली धुएं और धुंध की चपेट में थी, उस दौरान हर आम और खास को सांस लेने में परेशानी, आंखों में जलन सहित कई तरह की स्वास्थ्य समस्याएं होने लगी थी। अभी भी दिल्ली में वायु गुणवत्ता सूचकांक लगातार गंभीर श्रेणी में बना हुआ है, और लगभग यही हाल देश के सभी शहरों का है। दिवाली के बाद दिल्ली-एनसीआर का वातावरण जहरीला बना हुआ है। एक बड़ी सच्चाई यह भी है कि अगर हमनें वायु प्रदूषण को कम करने के तत्काल कदम नहीं उठाए तो भविष्य में इसकी बड़ी कीमत हम सबको चुकानी पड़ेगी। कुल मिलाकर कथित विकास के पीछे विनाश की आहट धीरे-धीरे दिखाई और सुनाई पड़ने लगी है। हालात इतने बदतर हो गए हैं कई बार वायु प्रदूषण मापने वाला इंडेक्स ही नहीं काम करता है। मतलब वह उच्चतम स्तर तक पहुंच जाता है। सच्चाई यह है कि अधिकांश राजनीतिक दलों के एजेंडे में पर्यावरण संबंधी मुद्दा है ही नहीं, ना ही उनके चुनावी घोषणापत्र में पर्यावरण, प्रदूषण कोई मुद्दा रहता है। देश में हर जगह, हर तरफ, हर पार्टी विकास की बातें करती है लेकिन ऐसे विकास का क्या फायदा जो लगातार विनाश को आमंत्रित करता है।**

ऐसे विकास को क्या कहें जिसकी वजह से सम्पूर्ण मानवता का अस्तित्व ही खतरे में पड़ गया हो। सच्चाई तो यह है कि अब समय आ गया है जब पर्यावरण का मुद्दा राजनीतिक पार्टियों के साथ आम आदमी की प्राथमिकता सूची में सबसे ऊपर होना चाहिए। क्योंकि अब भी अगर हमनें इस समस्या को गंभीरता से नहीं लिया, तो आगे आने वाला समय भयावह होगा। फिलहाल देश के सभी बड़े शहरों में वायु प्रदूषण अपने निर्धारित मानकों से बहुत ज्यादा है। दिल्ली में पिछले 18 सालों में कैंसर से होने वाली मौतें साढ़े तीन गुना तक बढ़ गई हैं और डॉक्टर इसका एक कारण प्रदूषण भी मानते हैं। इस बीच राष्ट्रीय कैंसर रजिस्ट्री कार्यक्रम के साल 2012 से साल 2016 तक के आंकड़ों के अनुसार, भारत में कैंसर रजिस्ट्री वाले सभी स्थानों में राजधानी दिल्ली में सबसे ज्यादा लोगों की रजिस्ट्री हुई है। इस आंकड़े के अनुसार 0 से 14 साल के उम्र के बच्चों में कैंसर का प्रतिशत 0.7 प्रतिशत से 3.7 प्रतिशत के बीच है। इस रिपोर्ट के अनुसार वायु प्रदूषण के कारण बच्चों में कैंसर होने का खतरा ज्यादा हो जाता है क्योंकि बच्चे वयस्कों की तुलना में ज्यादा तेजी से सांस लेते हैं और ज्यादा फिजिकल एक्टिविटी करते हैं।

इसके अलावा बच्चे ज्यादातर जमीन के करीब रहते हैं, जहां प्रदूषक जमा होता रहता हैं। केंद्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड की एक रिपोर्ट के अनुसार वर्तमान में जिस तरीके से वातावरण में प्रदूषण फैला हुआ है। वह बड़ों से लेकर बच्चों तक के लिए काफी हानिकारक है। दिल्ली के ज्यादातर अस्पतालों में प्रदूषण के कारण बीमार हो रहे लोग भर्ती किए जा रहे हैं। फिलहाल इस जहरीली हवा में कई प्रदूषक मौजूद हैं, जैसे कार्बन मोनोऑक्साइड (सीओ), नाइट्रिक ऑक्साइड (एनओ), नाइट्रोजन डाइऑक्साइड (एनओ2), ओजोन (ओटीएच), आदि। यह सभी तत्व इंसानी शरीर के लिए खतरनाक है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) की एक रिपोर्ट के अनुसार दिल्ली का वातावरण बेहद जहरीला हो गया है। यदि वायु प्रदूषण रोकने के लिए शीघ्र कदम नहीं उठाए गए तो इसके गंभीर परिणाम सामने आएंगे। कुछ वर्षो पहले तक बीजिंग की गिनती दुनिया के सबसे प्रदूषित शहर के रूप में होती थी, लेकिन चीन की सरकार ने इस समस्या को दूर करने के लिए कई प्रभावी कदम उठाए, जिसके सकारात्मक परिणाम सामने आए हैं। हाल ही में विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) की एक रिपोर्ट %वायु प्रदूषण और बाल स्वास्थ्य प्रिस्क्राइबिंग क्लीन एयर% के अनुसार भारत में पिछले पांच साल में जहरीली हवा के कारण सबसे ज्यादा, 5 साल से कम उम्र के बच्चों की असामयिक मौत हुई हैं। इसी रिपोर्ट के अनुसार सिर्फ बाहरी वायु प्रदूषण के कारण हर घंटे लगभग सात बच्चे मर जाते हैं, और उनमें से आधे से अधिक लड़कियां होती हैं। ग्रीनपीस इंडिया की एक रिपोर्ट के अनुसार भारत में वायु प्रदूषण की स्थिति भयावह है। कुल 168 भारतीय शहरों में से एक भी विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्लूएचओ) के मानकों के अनुरूप नहीं है। इस संगठन ने आरटीआई समेत कई स्त्रोतों के हवाले से बताया है कि भारत में हर साल वायु प्रदूषण के चलते 12 लाख लोगों की जान चली जाती है। यह तादाद तंबाकू के सेवन से हर साल काल का ग्रास बनने वालों के अनुपात से बस थोड़ी सी ही कम है। इतना ही नहीं, देश का तीन प्रतिशत सकल घरेलू उत्पाद (जीडीपी) जहरीली हवा के धुएं में घुल जाता है। अगर देश का विकास जरूरी है तो सबसे पहले वायु प्रदूषण से लड़ना होगा। एक अध्ययन के मुताबिक वायु प्रदूषण भारत में मौत का पांचवां बड़ा कारण है। हवा में मौजूद पीएम25 और पीएम10 जैसे छोटे कण मनुष्य के फेफड़े में पहुंच जाते हैं, जिससे सांस व हृदय संबंधित बीमारी होने का खतरा बढ़ जाता है। इससे फेफड़ा का कैंसर भी हो सकता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन का नया अध्ययन यह बताता है कि हम वायु प्रदूषण की समस्या को दूर करने को लेकर कितने लापरवाह हैं और यह समस्या कितनी विकट होती जा रही है। खास बात यह है कि ये समस्या सिर्फ दिल्ली में ही नहीं है बल्कि देश के लगभग सभी शहरों की हो गई है। अगर हालात नहीं सुधरे तो वो दिन दूर नहीं जब शहर रहने के लायक नहीं रहेंगे। जो लोग विकास, तरक्की और रोजगार की वजह से गांव से शहरों की तरफ आ गए हैं उन्हें फिर से गांवों की तरफ रुख करना पड़ेगा।

स्वच्छ वायु सभी मनुष्यों, जीवों एवं वनस्पतियों के लिए अत्यंत आवश्यक है। इसके महत्त्व का अनुमान इसी से लगाया जा सकता है कि मनुष्य भोजन के बिना हफ्तों तक जल के बिना कुछ दिनों तक ही जीवित रह सकता है, किन्तु वायु के बिना उसका जीवित रहना असम्भव है। मनुष्य दिन भर में जो कुछ लेता है उसका 80 प्रतिशत भाग वायु है। प्रतिदिन मनुष्य 22000 बार सांस लेता है। इस प्रकार प्रत्येक दिन में वह 16 किलोग्राम या 35 गैलन वायु ग्रहण करता है।

वायु विभिन्न गैसों का मिश्रण है जिसमें नाइट्रोजन की मात्रा सर्वाधिक 78 प्रतिशत होती है जबकि 21 प्रतिशत ऑक्सीजन तथा 0.03 प्रतिशत कार्बन डाइ ऑक्साइड पाया जाता है तथा शेष 0.97 प्रतिशत में हाइड्रोजन, हीलियम, आर्गन, निऑन, क्रिप्टन, जेनान, ओजोन तथा जल वाष्प होती है। वायु में विभिन्न गैसों की उपरोक्त मात्रा उसे संतुलित बनाए रखती है। इसमें जरा सा भी अन्तर आने पर वह असंतुलित हो जाती है और स्वास्थ्य के लिए हानिकारक साबित होती है। श्वसन के लिए ऑक्सीजन जरूरी है। जब कभी वायु में कार्बन डाई ऑक्साइड, नाइट्रोजन के ऑक्साइडों की वृद्धि हो जाती है, तो यह खतरनाक हो जाती है। सिर्फ दिल्ली ही नहीं बल्कि देश के कई शहरों का वातावरण बेहद प्रदूषित हो गया है। इसे रोकने के लिए सरकार को अब जवाबदेही के साथ एक निश्चित समय सीमा के भीतर ठोस प्रयास करना पड़ेगा नहीं तो प्राकृतिक आपदाओं के लिए हमें तैयार रहना होगा। जिस तरह से आज राजधानी दिल्ली के लोग शुद्ध हवा में सांस लेने को तरस रहें हैं। ऐसे में वो दिन दूर नहीं जब देश के अधिकांश शहरों का यही हाल होगा इसलिए हमें कल से नहीं बल्कि आज से या कहे अभी से इस रोकने के लिए तत्काल कदम उठाना होगा। सरकार के साथ साथ समाज और व्यक्तिगत स्तर पर भी काम करना होगा तभी इन सब से छुटकारा मिल पाएगा।

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक सोनल मेहता केलिए प्रतीक्षा ग्राफिक्स, 127 देवी अहिल्या मार्ग, इंदौर ( म.प्र. ) से मुद्रित एवं 209-बी शहनाई रेसीडेंसी-2 कनाड़िया रोड इंदौर ( म.प्र. ) से प्रकाशित। संपादक: डॉ. सोनल मेहता फोन : 0731-2595008 Mail.sonal12mehta@yahoo.co.in 9755040008