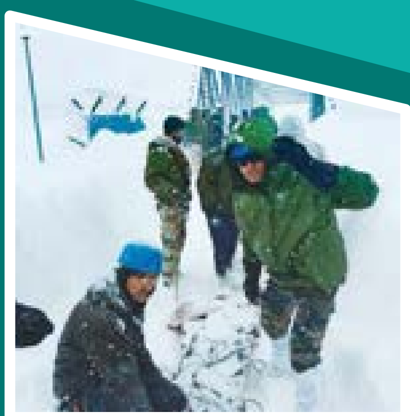
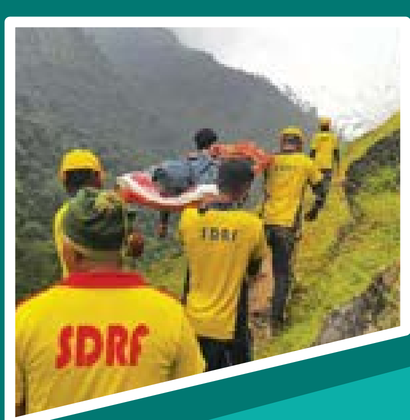
शीत लहर प्रबन्धन हेतु मानक संचालन प्रक्रिया

STANDARD OPERATING PROCEDURE FOR COLD WAVE MANAGEMENT

केवल शासकीय प्रयोजन हेतु





उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण
36, आई.टी. पार्क, सहस्त्रधारा रोड, देहरादून

आपदा सुरक्षित उत्तराखण्ड

आपदा सुरक्षित उत्तराखण्ड

उत्तराखण्ड शासन

शीत लहर प्रबन्धन हेतु मानक संचालन प्रक्रिया

STANDARD OPERATING PROCEDURE FOR COLD WAVE MANAGEMENT

Uttarakhand State Disaster Management Authority
Govt. of Uttarakhand
USDMA Bhawan, 36, IT Park, Sahastradhara Road,
Dehradun - 248001

शीत लहर प्रबन्धन हेतु मानक संचालन प्रक्रिया

प्रकाशक : उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

संस्करण : दिसंबर 2025

कॉपीराइट © : उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

इस पुस्तक में प्रकाशित समस्त सामग्री कॉपीराइट द्वारा संरक्षित है।
प्रकाशक की पूर्व अनुमति के बिना इस सामग्री का पुनः प्रकाशन किसी भी माध्यम से निषिद्ध है।
शासकीय हित में इसका उपयोग किया जा सकता है।

सम्पादक मण्डल

श्री विनोद कुमार सुमन (आई.ए.एस)
सचिव, आपदा प्रबन्धन एवं पुनर्वास विभाग, उत्तराखण्ड शासन

श्री आनन्द स्वरूप (आई.ए.एस)
अपर सचिव/अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी (प्रशासन), उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण

श्री राजकुमार नेगी (डी.आई.जी)
अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी, (क्रियान्वयन) उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण

मो० ओबैदुल्लाह अंसारी
संयुक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी, उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण

डॉ० पूजा राणा
मौसम विशेषज्ञ, उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण

श्री मनीष कुमार भगत
आई.ई.सी. विशेषज्ञ, उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण

उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण
36, आई.टी. पार्क, सहस्त्रधारा रोड, देहरादून

पुष्कर सिंह धामी

मुख्यमंत्री, उत्तराखण्ड

उत्तराखण्ड सचिवालय
देहरादून – 248001
फोन : 0135–2650433
0135–2716262
फैक्स : 0135–2712827
कैम्प कार्यालय
फोन : 0135–2750033
0135–2750344
फैक्स : 0135–2752144

सन्देश

जैसा कि हम सभी जानते हैं कि उत्तराखण्ड आपदाओं के दृश्टिकोण से अत्यंत संवेदनशील राज्य है। हर वर्ष कई प्रकार की आपदाएं हमारे सम्मुख विभिन्न चुनौतियां प्रस्तुत करती हैं। शीतकाल के दौरान शीतलहर (Cold Wave) जन–स्वास्थ्य, आजीविका एवं दैनिक जीवन पर प्रतिकूल प्रभाव डालती हैं। विशेष रूप से मैदानी एवं तराई क्षेत्रों के साथ–साथ ऊंचाई वाले क्षेत्रों में तापमान में अत्यधिक गिरावट, पाले की स्थिति, घना कोहरा तथा ठंडी हवाएं आम जनजीवन के लिए गंभीर चुनौती उत्पन्न करती हैं। ऐसे समय में सर्वाधिक जोखिम में गरीब, वृद्ध, बच्चे, बीमार व्यक्ति, बेघर नागरिक तथा श्रमिक भाई होते हैं।

राज्य सरकार का यह स्पष्ट दृष्टिकोण है कि आपदा प्रबंधन केवल प्रतिक्रिया तक सीमित न रहे, बल्कि पूर्व–तैयारी, समयबद्ध चेतावनी, विभागीय समन्वय तथा जन–सहभागिता पर आधारित हो। शीतलहर जैसी आपदाएं भले ही धीमी गति से प्रभाव डालती हों, किंतु यदि समय रहते प्रभावी कदम न उठाए जाएं तो इनके परिणाम गंभीर हो सकते हैं। इसी सोच के अंतर्गत उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा शीतलहर से प्रभावी ढंग से निपटने हेतु मानक संचालन प्रक्रिया (SOP) का निर्माण किया गया है।

यह एसओपी राज्य के सभी संबंधित विभागों एवं प्रशासनिक इकाइयों के लिए एक स्पष्ट, व्यावहारिक एवं समन्वित कार्य–ढांचा प्रस्तुत करती है। इसके माध्यम से मौसम पूर्वानुमान, अलर्ट जारी करने, स्वास्थ्य सेवाओं की तैयारी, आश्रय व्यवस्था, आवश्यक वस्तुओं की उपलब्धता तथा जन–जागरूकता जैसे पहलुओं पर सुनियोजित कार्यवाही सुनिश्चित की जा सकेगी।

मेरा विश्वास है कि इस एसओपी के प्रभावी क्रियान्वयन से शीतलहर के दौरान जन–हानि एवं स्वास्थ्य संबंधी जोखिमों को न्यूनतम किया जा सकेगा। मैं राज्य के सभी विभागों, जिला प्रशासन, नगरीय एवं ग्रामीण निकायों तथा स्वयंसेवी संगठनों से अपेक्षा करता हूं कि वे इस एसओपी को पूर्ण गंभीरता से अपनाते हुए जन–हित में सक्रिय भूमिका निभाएं। यह प्रकाशन आपदा सुरक्षित उत्तराखण्ड की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है। राज्य सरकार नागरिकों की सुरक्षा के प्रति पूर्णतः प्रतिबद्ध है और भविष्य में भी आपदा जोखिम न्यूनीकरण हेतु ऐसे प्रयासों को निरंतर सुदृढ़ किया जाता रहेगा।

मैं एक बार पुनः उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण के समस्त अधिकारियों, विशेषज्ञों एवं कार्मिकों को इस महत्वपूर्ण कार्य के लिए बधाई देता हूं और आशा करता हूं कि यूएसडीएमए भविष्य में भी इसी प्रतिबद्धता, संवेदनशीलता एवं दक्षता के साथ राज्य को आपदा–सुरक्षित बनाने की दिशा में निरंतर कार्य करता रहेगा।

पुष्कर सिंह धामी

आनन्द बर्द्धन
आई.ए.एस.
Anand Bardhan
IAS

मुख्य सचिव
Chief Secretary

उत्तराखण्ड शासन
Government of Uttarakhand
नेताजी सुभाष चन्द्र बोस भवन
Netaji Subhash Chandra Bose Bhawan
राज्य सचिवालय, देहरादून
Civil Secretariat, Dehradun
Phone: (Off.): 0135-2712100, 2712200
(Fax) 0135-2712500
Email: cs-uttarakhand@nic.in
chiefsecyuk@gmail.com

सन्देश

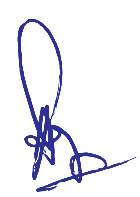
उत्तराखण्ड जैसे हिमालयी राज्य में आपदा प्रबंधन का मूल आधार समन्वय, तैयारी और समयबद्ध निर्णय है। शीत लहर एक ऐसी आपदा है, जो सामान्य जनजीवन, परिवहन, स्वास्थ्य सेवाओं और आजीविका को प्रभावित करती है। इसी कारण कोल्ड वेव प्रबंधन के लिए स्पष्ट, व्यावहारिक और क्रियान्वयन–उन्मुख दिशा–निर्देशों की आवश्यकता लंबे समय से महसूस की जा रही थी।

उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा तैयार की गई यह मानक संचालन प्रक्रिया (SOP) उसी आवश्यकता की पूर्ति करती है। यह दस्तावेज शासन के विभिन्न स्तरों–राज्य, जिला और स्थानीय निकाय के बीच उत्तरदायित्वों की स्पष्टता सुनिश्चित करता है। इसमें यह सुनिश्चित किया गया है कि चेतावनी प्राप्त होने से लेकर राहत एवं संरक्षण कार्यों तक, हर स्तर पर कौन, कब और क्या करेगा, यह पूर्व–निर्धारित हो।

यह एसओपी विशेष रूप से इस बात पर बल देती है कि कोल्ड वेव प्रबंधन केवल आपदा प्रबंधन विभाग की जिम्मेदारी नहीं है, बल्कि यह एक बहु–विभागीय प्रयास है। स्वास्थ्य विभाग द्वारा शीतजनित रोगों की तैयारी, पशुपालन विभाग द्वारा पशुधन की सुरक्षा, लोक निर्माण एवं परिवहन विभाग द्वारा मार्गों की सुचारुता तथा शहरी एवं ग्रामीण निकायों द्वारा रैन बसेरों और अलाव की व्यवस्था, इन सभी का समन्वय इस दस्तावेज का प्रमुख आधार है।

प्रशासनिक दृष्टि से यह एसओपी अधिकारियों और कर्मचारियों के लिए निर्णय लेने में सहायक होगी। पूर्व चेतावनी प्रणाली, समीक्षा बैठकों, वैकल्पिक संचार व्यवस्था और क्षेत्रीय संवेदनशीलता की पहचान जैसे प्रावधान यह सुनिश्चित करते हैं कि संसाधनों का उपयोग सही समय और सही स्थान पर हो। इससे न केवल जन–हानि में कमी आएगी, बल्कि प्रशासन की कार्यक्षमता और विश्वसनीयता भी बढ़ेगी।

मैं सभी जिलाधिकारियों, विभागाध्यक्षों और स्थानीय निकायों से अपेक्षा करता हूं कि इस एसओपी को धरातल तक प्रभावी रूप से लागू किया जाए। नियमित समीक्षा, मॉक अभ्यास और फील्ड–लेवल फीडबैक के माध्यम से इसे अद्यतन किया जाए। यह एसओपी उत्तराखण्ड को शीत लहर जैसी आपदाओं के प्रति अधिक संस्थागत रूप से सशक्त बनाएगी, ऐसा मेरा दृढ़ विश्वास है। मैं इस प्रयास के लिए उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण की पूरी टीम को बधाई देता हूं।



आनन्द बर्द्धन

विनय रूहेला
उपाध्यक्ष
राज्य आपदा प्रबन्धन विभाग
(सलाहकार समिति)

उत्तराखण्ड सरकार

सचिवालय
डी.एम.एम.सी.
आपदा प्रबन्धन परिसर,
देहरादून (उत्तराखण्ड)
मो.: 9212758152, 8851229072
ईमेल: vkruheila@gmail.com

सन्देश

उत्तराखण्ड जैसे पर्वतीय एवं जलवायु–संवेदनशील राज्य में आपदा प्रबंधन केवल एक प्रशासनिक दायित्व नहीं, बल्कि निरंतर सीखने, पूर्वानुमान करने और समाज को साथ लेकर चलने की प्रक्रिया है। शीत ऋतु के दौरान उत्पन्न होने वाली कोल्ड वेव ऐसी ही एक मौसमी आपदा है, जो प्रायः धीरे–धीरे विकसित होती है, किंतु इसके प्रभाव अत्यंत गंभीर और व्यापक हो सकते हैं। यह विशेष रूप से समाज के कमजोर वर्गों, बुजुर्गों, बच्चों, असहाय व्यक्तियों, खुले में कार्य करने वाले श्रमिकों तथा पशुधन के लिए जीवन–रक्षक चुनौती बन जाती है।

राज्य आपदा प्रबंधन सलाहकार समिति का यह निरंतर मत रहा है कि आपदा प्रबंधन का प्रभावी मॉडल वही होता है, जिसमें जोखिम को समझकर, आपदा से पहले तैयारी की जाए। कोल्ड वेव के संदर्भ में यह और भी अधिक महत्वपूर्ण है, क्योंकि इसके लिए वैज्ञानिक पूर्वानुमान, चेतावनी तंत्र और व्यवहारिक उपाय पहले से उपलब्ध होते हैं। आवश्यकता केवल इन सभी तत्वों को एक सुव्यवस्थित ढांचे में संगठित करने की होती है।

उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा तैयार की गई कोल्ड वेव प्रबंधन हेतु मानक संचालन प्रक्रिया इसी सोच का प्रतिफल है। यह दस्तावेज न केवल विभिन्न विभागों की भूमिकाओं को स्पष्ट करता है, बल्कि यह भी सुनिश्चित करता है कि नीति–स्तर पर लिए गए निर्णय फील्ड–लेवल तक प्रभावी रूप से पहुंच सकें। इसमें चेतावनी प्रणाली, विभागीय समन्वय, स्वास्थ्य एवं पशुधन संरक्षण, आजीविका पर प्रभाव तथा सामुदायिक सहभागिता जैसे सभी महत्वपूर्ण पहलुओं को समग्र रूप से सम्मिलित किया गया है।

उत्तराखण्ड की भौगोलिक विविधता, मैदानी क्षेत्रों से लेकर उच्च हिमालयी क्षेत्रों तक कोल्ड वेव के प्रभाव को और जटिल बनाती है। कहीं पाला और कोहरा प्रमुख समस्या हैं, तो कहीं हिमपात और अत्यधिक निम्न तापमान। इस एसओपी में इन भिन्नताओं को ध्यान में रखते हुए क्षेत्र–विशिष्ट रणनीतियां निर्धारित की गई हैं, जो इसे तकनीकी रूप से सुदृढ़ और व्यावहारिक बनाती हैं।

मुझे पूर्ण विश्वास है कि यह एसओपी उत्तराखण्ड को कोल्ड वेव जैसी मौसमी आपदाओं के प्रति अधिक सजग, सक्षम और लचीला (Resilient) बनाएगी। यह दस्तावेज न केवल वर्तमान के लिए, बल्कि भविष्य की चुनौतियों के लिए भी एक सुदृढ़ आधार प्रदान करेगा।

विनय रूहेला

विनोद कुमार सुमन
आई.ए.एस.
Vinod Kumar Suman
IAS

सचिव
Secretary

उत्तराखण्ड शासन
Government of Uttarakhand
राज्य सचिवालय, देहरादून
Civil Secretariat, Dehradun
Phone: (Off.): 0135-2712000
Email: vksumansecuk@gmail.com

सन्देश

उत्तराखण्ड राज्य में आपदा प्रबंधन का उद्देश्य केवल आपदा के बाद राहत कार्यों तक सीमित नहीं है, बल्कि आपदा से पहले जोखिम न्यूनीकरण, तैयारी और समन्वय को सुदृढ़ करना भी है। शीत ऋतु के दौरान आने वाली कोल्ड वेव ऐसी ही एक आपदा है, जिसके प्रभावों को प्रभावी योजना और समयबद्ध कार्रवाई से काफी हद तक कम किया जा सकता है। इसी उद्देश्य से कोल्ड वेव प्रबंधन हेतु यह मानक संचालन प्रक्रिया तैयार की गई है।

यह एसओपी एक कार्यात्मक एवं क्रियान्वयन–उन्मुख दस्तावेज के रूप में विकसित की गई है। इसके निर्माण में राज्य के पूर्व अनुभवों, विभागीय परामर्श, फील्ड–लेवल आवश्यकताओं और भारत मौसम विज्ञान विभाग द्वारा जारी चेतावनी प्रणालियों को ध्यान में रखा गया है। दस्तावेज का मूल उद्देश्य यह सुनिश्चित करना है कि कोल्ड वेव की स्थिति में किसी भी स्तर पर भ्रम, विलंब या समन्वय की कमी न हो।

इस मानक संचालन प्रक्रिया में चेतावनी प्राप्त होने से लेकर अलर्ट के प्रसार, रैन बसेरों की व्यवस्था, स्वास्थ्य सेवाओं की तैयारी, कंबल वितरण, पशुधन संरक्षण तथा मार्गों की सुरक्षा, इन सभी कार्यों के लिए विभागीय दायित्व स्पष्ट किए गए हैं। इससे प्रशासनिक निर्णय प्रक्रिया अधिक तेज, पारदर्शी और उत्तरदायी बनती है।

इस एसओपी का एक महत्वपूर्ण पक्ष यह भी है कि इसमें संवेदनशील समूहों की पहचान पर विशेष बल दिया गया है। खुले में रहने वाले व्यक्ति, प्रवासी श्रमिक, बुजुर्ग, बच्चे तथा दूरस्थ क्षेत्रों में रहने वाले नागरिक, इन सभी के लिए विशेष प्रावधान और दिशा–निर्देश निर्धारित किए गए हैं। साथ ही पशुधन और कृषि पर कोल्ड वेव के प्रभावों को ध्यान में रखते हुए संबंधित विभागों की भूमिका को भी विस्तार से शामिल किया गया है।

आपदा प्रबंधन विभाग का यह निरंतर प्रयास रहेगा कि इस एसओपी को केवल दस्तावेज तक सीमित न रखा जाए, बल्कि इसे प्रशिक्षण, मॉक अभ्यास और फील्ड–स्तरीय क्रियान्वयन के माध्यम से जीवंत बनाया जाए। यह भी अपेक्षित है कि सभी संबंधित विभाग इस एसओपी को अपने–अपने विभागीय कार्यों के साथ एकीकृत करें, ताकि कोल्ड वेव के दौरान संसाधनों का समुचित उपयोग हो सके और नागरिकों को समय पर सहायता मिल सके।

मेरा यह मानना है कि किसी भी एसओपी की वास्तविक प्रभावशीलता उसके क्रियान्वयन के दौरान प्राप्त अनुभवों और सुझावों पर निर्भर करती है। इसलिए इस मानक संचालन प्रक्रिया के संबंध में राज्य, जिला, ब्लॉक एवं ग्राम स्तर पर कार्यरत अधिकारियों, लाइन विभागों, शहरी एवं ग्रामीण स्थानीय निकायों, स्वास्थ्य एवं आपात सेवाओं, स्वैच्छिक संगठनों, शैक्षणिक एवं तकनीकी संस्थानों तथा आम नागरिकों से रचनात्मक सुझाव, व्यवहारिक अनुभव और सुधारात्मक प्रस्ताव सादर आमंत्रित हैं।

विनोद कुमार सुमन

प्रस्तावना

उत्तराखण्ड राज्य अपनी विशिष्ट भौगोलिक संरचना तथा विविध जलवायु परिस्थितियों के कारण प्राकृतिक आपदाओं की दृष्टि से अत्यंत संवेदनशील राज्य है। यहां एक ओर जहां मानसून के दौरान अतिवृष्टि, भूस्खलन और बाढ़ जैसी घटनाएं जन–जीवन को प्रभावित करती हैं, वहीं शीत ऋतु में कोल्ड वेव (शीत लहर) एक गंभीर मौसमी जोखिम के रूप में उभरती है। तापमान में अचानक गिरावट, पाला, घना कोहरा, हिमपात तथा अत्यधिक ठंडी हवाएं न केवल सामान्य जनजीवन को बाधित करती हैं, बल्कि मानव स्वास्थ्य, पशुधन, कृषि, परिवहन और आजीविका पर भी व्यापक प्रभाव डालती हैं।

उत्तराखण्ड में कोल्ड वेव का प्रभाव क्षेत्र–विशिष्ट है। मैदानी जिलों में तापमान में तीव्र गिरावट, घना कोहरा और पाला प्रमुख समस्या बनते हैं, जबकि मध्य एवं उच्च हिमालयी क्षेत्रों में भारी हिमपात, शून्य से नीचे तापमान तथा संपर्क मार्गों का अवरुद्ध होना आम जनजीवन के लिए बड़ी चुनौती उत्पन्न करता है। इन परिस्थितियों में विशेष रूप से बुजुर्ग, बच्चे, असहाय व्यक्ति, खुले में कार्य करने वाले श्रमिक, दूरस्थ क्षेत्रों में रहने वाली आबादी तथा पशुधन अत्यधिक जोखिम में आ जाते हैं।

शीतलहरी का प्रभावी तरीके से सामना करने के लिए उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण द्वारा कोल्ड वेव प्रबंधन हेतु मानक संचालन प्रक्रिया का निर्माण किया गया है। यह दस्तावेज राज्य में कोल्ड वेव से निपटने के लिए एक समग्र मार्गदर्शिका के रूप में कार्य करेगा। इसका उद्देश्य केवल प्रशासनिक निर्देश जारी करना नहीं है, बल्कि राज्य, जिला, ब्लॉक और ग्राम स्तर तक स्पष्ट भूमिका निर्धारण, समन्वय तंत्र और क्रियान्वयन व्यवस्था को सुदृढ़ करना है।

यह मानक संचालन प्रक्रिया कोल्ड वेव प्रबंधन के सभी चरणों, पूर्व तैयारी, पूर्व चेतावनी, प्रतिक्रिया एवं समन्वय को समाहित करती है। इसमें भारत मौसम विज्ञान विभाग द्वारा जारी पूर्वानुमानों और चेतावनियों के आधार पर समयबद्ध कार्रवाई, राज्य एवं जिला आपातकालीन परिचालन केंद्रों की भूमिका, विभिन्न विभागों के उत्तरदायित्व तथा स्थानीय प्रशासन और समुदाय की सहभागिता को स्पष्ट रूप से परिभाषित किया गया है। इस एसओपी में रैन बसेरों की व्यवस्था, अलाव, कंबल वितरण, स्वास्थ्य सेवाओं की तैयारी, शीतजनित रोगों की पहचान एवं उपचार तथा पशुधन के संरक्षण जैसे विषयों को विशेष रूप से सम्मिलित किया गया है। साथ ही कृषि एवं बागवानी पर कोल्ड वेव के प्रभावों को ध्यान में रखते हुए संबंधित विभागों की भूमिका को भी स्पष्ट किया गया है, जिससे किसानों को होने वाले नुकसान को कम किया जा सके।

मानक संचालन प्रक्रिया को एक जीवंत दस्तावेज के रूप में विकसित किया गया है, जिसका समय–समय पर पुनरीक्षण एवं अद्यतन किया जाएगा। फील्ड–लेवल से प्राप्त अनुभव, बदलते जलवायु परिदृश्य और नई तकनीकी जानकारियों के आधार पर इसमें आवश्यक संशोधन किए जाएंगे, ताकि यह सदैव प्रासंगिक और उपयोगी बनी रहे।

राज कुमार नेगी, डीआईजी
अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी–क्रियान्वयन
यू.एस.डी.एम.ए.

आनन्द स्वरूप, आईएएस
अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी–प्रशासन
यू.एस.डी.एम.ए.

अनुक्रमणिका

1.	परिचय	1
2.	उद्देश्य	3
3.	शीत लहर के मानदंड	4
4.	शीत लहर की स्थिति में उठाये जाने वाले कदम	4
5.	प्रमुख रणनीतियाँ	6
6.	कृषि पर शीत लहर का प्रभाव	7
7.	शीत लहर का जीवन और आजीविका पर प्रभाव	8
8.	पूर्वानुमान चेतावनी प्रणाली और संचार	9
	8.1 शीत लहर की चेतावनी	9
	8.2 शीत लहर चेतावनी के लिए रंग संकेत की पहचान	9
	8.3 राज्य पूर्वानुमान चेतावनी प्रसारण प्रणाली	10
9.	रेखीय विभागों की भूमिका एवं उत्तरदायित्व	11
	9.1 भारतीय मौसम विज्ञान विभाग (आई0एम0डी0)	11
	9.2 उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (यू0एस0डी0एम0ए0)	11
	9.3 जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डी0डी0एम0ए0)	12
	9.4 पेयजल एवं जल संस्थान	15
	9.5 लोक निर्माण विभाग (लो0नि0वि0)	16
	9.6 विद्युत विभाग	17
	9.7 चिकित्सा, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग	18
	9.8 पशुपालन विभाग	19
	9.9 परिवहन विभाग	20
	9.10 पर्यटन विभाग	21
	9.11 शहरी विकास विभाग	22
	9.12 ग्राम्य विकास विभाग एवं पंचायती राज विभाग	23
	9.13 राज्य आपदा मोचन बल (एस0डी0आर0एफ0)	24
	9.14 खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति विभाग	24
शीत लहर से सुरक्षा के उपाय		25
परिशिष्ट 1	शासनादेश संख्या – 1782/USDMA/1424 (2025)	32
परिशिष्ट 2	शासनादेश संख्या – 1920/USDMA (2025)	36

संक्षिप्ति (Abbreviations)

NDMA (एन.डी.एम.एम.)	National Disaster Management Authority (राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण)।
USDMA (यू.एस.डी.एम.ए.)	Uttarakhand State Disaster Management Authority (उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण) ।
DDMA (डी.डी.एम.ए.)	District Disaster Management Authority (जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण) ।
SEOC (एस.ई.ओ.सी.)	State Emergency Operations Center (राज्य आपातकालीन परिचालन केंद्र)।
DEOC (डी.ई.ओ.सी.)	District Emergency Operations Center (जनपद आपातकालीन परिचालन केंद्र)।
NDRF (एन.डी.आर.एफ.)	National Disaster Response Force (राष्ट्रीय आपदा मोचन बल)।
CAPF (सी.ए.पी.एफ.)	Central Armed Police Forces. (केन्द्रीय सशस्त्र पुलिस बल)।
SDRF (एस.डी.आर.एफ.)	State Disaster Response Force (राज्य आपदा प्रतिवादन बल)।
IMD (आई.एम.डी.)	India Meteorological Department (भारतीय मौसम विज्ञान विभाग)
CWC (सी.डब्ल्यू.सी.)	Central Water Commission (केंद्रीय जल आयोग)।
DDMO (डी.डी.एम.ओ.)	District Disaster Management Officer (जिला आपदा प्रबंधन अधिकारी)।
PDNA (पी.डी.एन.ए.)	Post-Disaster Needs Assessment (आपदा पश्चात आवश्यकता आकलन)।

1 परिचय

उत्तराखण्ड राज्य की जलवायु इसकी विविध भौगोलिक स्थिति के कारण अत्यंत परिवर्तनशील है, जिसे मुख्य रूप से तीन अलग–अलग क्षेत्रों में बाँटा जा सकता है। दक्षिणी मैदानी इलाकों (हरिद्वार, ऊधमसिंहनगर) में मानसूनी प्रकार की जलवायु है, जहाँ ग्रीष्म ऋतु में बहुत गर्मी तथा शीत ऋतु में बहुत ठंड होती है। इसके साथ ही यहाँ मानसून के समय अतिवृष्टि होती है, जिससे कभी–कभी जल भराव की स्थिति उत्पन्न होती है।

मध्य हिमालयी क्षेत्र, जिसमें अधिकांश भाग पहाड़ी क्षेत्र में बसा है, जिसमें जलवायु मिश्रित रहती है। यहाँ ग्रीष्म ऋतु सुखद होती हैं तथा शीत ऋतु में बर्फबारी तथा तेज ठंडी हवाएं (शीत लहर) चलती हैं।

उच्च हिमालयी क्षेत्र में अल्पाइन या टुंड्रा कठोर जलवायु होती है, जहाँ साल के अधिकांश समय भारी बर्फ जमी रहती है और तापमान शून्य से नीचे होता है।

राज्य मानसूनी वर्षा पर निर्भर करता है, जिससे जून से सितंबर के बीच अधिकांश वर्षा होती है और जलवायु विविधता के कारण यहां विभिन्न मौसमी घटनाएं यथा –बर्फबारी, अतिवृष्टि और शीत लहरों का अनुभव किया जाता है।

राज्य के भौगोलिक विविधता के कारण सर्दियों का मौसम बहुआयामी होता है। मैदानी इलाकों जैसे देहरादून, हरिद्वार और ऊधमसिंह नगर में सर्दियाँ सुहावनी और ठंडी होती हैं, जहाँ तापमान सामान्यतया $5^{\circ}C$ से $22^{\circ}C$ के बीच रहता है। हरिद्वार, ऊधमसिंह नगर तथा देहरादून के कुछ क्षेत्रों में कोहरा होना आम बात है। इसके विपरीत, पहाड़ी क्षेत्रों (गढ़वाल और कुमाऊँ मण्डल) में अत्यधिक सर्दी होती है, जहाँ दिसंबर से फरवरी के बीच भारी बर्फबारी होती है। यह बर्फबारी औली,

मा. मुख्यमंत्री श्री पुष्कर सिंह धामी जी की अध्यक्षता में शीतलहर की पूर्व तैयारियों के सम्बन्ध में समस्त रेखीय विभागों के सचिवगणों / विभागाध्यक्षों के साथ समीक्षा बैठक।

मसूरी और नैनीताल जैसे क्षेत्रों में शीतकालीन पर्यटन को बढ़ावा देती है, जिससे स्थानीय अर्थव्यवस्था को लाभ होता है, लेकिन साथ ही यह स्थानीय निवासियों के लिए चुनौतियाँ भी पैदा करती है। परिवहन बाधित हो जाता है, पानी जमने के कारण पेयजल की आपूर्ति बाधित हो जाती है और स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं बढ़ जाती हैं। इस प्रकार, उत्तराखण्ड में सर्दी का मौसम एक साथ पर्यटन का आकर्षण और स्थानीय लोगों के लिए कठिन चुनौती दोनों है।

शीत लहर एक ऐसी मौसम संबंधी घटना है, जिसमें सतह के पास हवा के तापमान में अचानक गिरावट आती है, जिससे तापमान बहुत कम हो जाता है, दबाव में तेजी से वृद्धि होती है और हवा की गति बढ़ जाती है या पाला और बर्फ जमने जैसी खतरनाक स्थिति पैदा हो जाती है। इससे अक्सर मानव स्वास्थ्य, कृषि और हीटिंग के खर्चों पर गंभीर प्रभाव पड़ता है और यहां तक कि मनुष्यों और पशुओं की मृत्यु भी हो सकती है।

Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC) ने बताया है कि उत्तरी अक्षांशों में शीत लहरें एक समस्या बनी हुई हैं, जहां कुछ ही घंटों में तापमान बहुत कम हो सकता है और लंबे समय तक बना रह सकता है। विश्व मौसम विज्ञान संगठन (WMO) में शीत लहर को एक असामान्य और उल्लेखनीय ठंड के रूप में परिभाषित किया गया है, जिसमें एक बड़े क्षेत्र में सतह के निकट वायु तापमान (अधिकतम, न्यूनतम और दैनिक औसत) में तीव्र और महत्वपूर्ण गिरावट आती है और शीत ऋतु के दौरान लगातार कम से कम दो दिनों तक तापमान एक निश्चित सीमा से नीचे बना रहता है। ''शीतकालीन अवधि'' से तात्पर्य शीत ऋतु के दौरान लगातार औसत से कम तापमान की स्थिति से है। शीत ऋतु में उत्तरी भारतीय क्षेत्र में सबसे अधिक ठंड पड़ती है, जिनमें उत्तराखण्ड, हिमाचल प्रदेश, उत्तर प्रदेश, पंजाब और हरियाणा सबसे अधिक प्रभावित राज्यों में शामिल हैं।

मुख्य सचिव, उत्तराखण्ड श्री आनंद बर्द्धन द्वारा शीतलहर के संबंध में रेखीय विभागों की समीक्षा बैठक।

2 उद्देश्य

उत्तराखण्ड में शीत लहर का प्रभाव भौगोलिक रूप से जटिल है, जहाँ ऊंचे पहाड़ी इलाकों में जनजीवन अस्त–व्यस्त हो जाता है, जबकि मैदानी क्षेत्रों पर कम असर पड़ता है। स्वास्थ्य के लिहाज से, अत्यधिक ठंड से हाइपोथर्मिया और श्वसन संबंधी बीमारियाँ बढ़ जाती हैं, खासकर बुजुर्गों और बच्चों में। ठंड के मौसम में दुर्गम क्षेत्रों में चिकित्सा सहायता पहुँचाने में कठिनाई होती है। आर्थिक मोर्चे पर कृषि और बागवानी जो स्थानीय अर्थव्यवस्था की रीढ़ हैं, उन पर भी व्यापक असर पड़ता है। पाले से फसलें बुरी तरह प्रभावित होती हैं, जिससे किसानों को भारी नुकसान होता है। साथ ही, परिवहन और बुनियादी ढाँचे पर भी गंभीर असर पड़ता है; बर्फबारी से सड़कें अवरुद्ध हो जाती हैं, पानी की पाइप लाइनें जम जाती हैं और विद्युत आपूर्ति बाधित होती है, जिससे आवश्यक सेवाओं की उपलब्धता मुश्किल हो जाती है। हालांकि, बर्फबारी शीतकालीन पर्यटन को बढ़ावा देकर अर्थव्यवस्था को कुछ हद तक सहारा देती है, लेकिन कुल मिलाकर, शीत लहर स्थानीय आबादी, विशेष रूप से कमजोर वर्गों और पशुधन के लिए एक गंभीर चुनौती प्रस्तुत करती है।

शीत लहर मानक संचालन प्रक्रिया का उद्देश्य ग्रामीण और शहरी क्षेत्रों में अत्यधिक ठंड से निपटने के लिए सभी प्रकार की आवश्यक व्यवस्थाएं करने, विभागों में आपसी समन्वय किए जाने और मूल्यांकन करते हुए कमियों को दूर करने का प्रयास है, जिससे अत्यधिक ठंड के नकारात्मक प्रभाव को कम किया जा सके।

एस०ओ०पी० का प्राथमिक उद्देश्य उन स्थानों पर ठंड से सम्बन्धित बीमारियों के जोखिम वाले लोगों को सचेत करना है जहां अत्यधिक ठंड की स्थिति या तो मौजूद है या होने की आशंका है और उन्हें उचित सावधानी बरतने के लिए प्रोत्साहित करना है। एस0ओ0पी0 में पशुधन/जानवरों की सुरक्षा के लिए भी समुचित तैयारी के उपाय वर्णित किये गये हैं, क्योंकि अत्यधिक ठंड में उन्हें भी काफी परेशानी का सामना करना पड़ता है। शीत लहर एस0ओ0पी0 का उद्देश्य जनपदों, विभागों और समुदायों को आवश्यक कार्यवाही किए जाने हेतु जागरूक किया जाना है, ताकि अत्यधिक ठंड होने पर वह अपना, अपने पड़ोसियों, दोस्तों, सगे–सम्बन्धियों और अपने क्षेत्रान्तर्गत लोगों का बचाव कर सके। स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं से बच सकें तथा एक–दूसरे की सहायता कर सके। एस0ओ0पी0 का उद्देश्य प्रारंभिक चेतावनी एजेंसियों और मीडिया के साथ बेहतर समन्वय स्थापित करना है।

राज्य/जिला/शहरी/ग्रामीण क्षेत्र अपने पूर्व के अनुभवों/अन्य लोगों के अनुभवों से सीख सकते हैं और शीत लहर से प्रभावी ढंग से निपटने के लिए एक योजना विकसित कर सकते हैं। इसके अलावा जनपद/ विभाग उपरोक्त एस0ओ0पी0 का अवलोकन करते हुए तथा अपने पूर्व के अनुभवों से राज्य में शीत लहर से बचाव हेतु व्यापक रणनीति बनाते हुए समुचित कार्यवाही कर सकते हैं।

उच्च हिमालयी क्षेत्रों में एवलांच के उपरांत जारी राहत एवं बचाव कार्य

3 शीत लहर के मानदंड

शीत लहर और पाला मौसमी और स्थानीय आपदाएँ हैं जो केवल उन क्षेत्रों में होती हैं जहाँ भीषण सर्दी पड़ती है। लंबे समय तक पाला पड़ने और शीत लहर से कुछ पाले के प्रति संवेदनशील पौधों तथा फसलों को नुकसान पहुंच सकता है। फसलों में पाले के प्रति संवेदनशीलता अलग–अलग होती है। शीत लहर से होने वाले नुकसान की मात्रा तापमान, ठंड के संपर्क में रहने की अवधि, आर्द्रता के स्तर और हिमांक तक पहुँचने की गति पर निर्भर करती है। यह अनुमान लगाना मुश्किल है कि फसलें किस निश्चित तापमान स्तर तक शीत लहर/पाला सहन कर सकती हैं, क्योंकि कई अन्य कारक भी इसे प्रभावित करते हैं। शीत लहर से मनुष्य, पशुधन और वन्यजीवों की मृत्यु तक हो सकती है। मनुष्यों सहित सभी जानवरों को ठंड सहन करने के लिए अधिक कैलोरी की आवश्यकता होती है और अत्यधिक ठंड की स्थिति में खराब पोषण घातक साबित हो सकता है। यदि शीत लहर के साथ भारी और लगातार बर्फबारी होती है, तो चरने वाले जानवरों को आवश्यक भोजन नहीं मिल पाता है। वे लंबे समय तक ठंड के संपर्क में रहने से हाइपोथर्मिया से मर सकते हैं या भूख से मर सकते हैं। भारतीय मौसम विज्ञान विभाग (आईएमडी) द्वारा शीत लहर के लिए कुछ मानदंड निर्धारित किए गए हैं जो लिंक https://mausam.imd.gov.in/pdfs/heatcolduser/faq.pdf पर उपलब्ध हैं। ये मानदंड मैदानी और पहाड़ी क्षेत्रों के लिए थोड़े भिन्न होते हैं।

मैदानी क्षेत्रों के लिए शीत लहर के मुख्य मानदंड :–

जब किसी स्टेशन का न्यूनतम तापमान 10° सेल्सियस या उससे कम हो, या यह तापमान उस स्थान के सामान्य न्यूनतम तापमान से 4.5° से 6.4° सेल्सियस कम हो तथा ऐसी स्थिति दो या दो से अधिक दिनों तक बनी रहे।

पहाड़ी क्षेत्रों के लिए शीत लहर के मुख्य मानदंड :–

जब न्यूनतम तापमान 0° सेल्सियस या उससे कम हो, या यह तापमान उस स्थान के सामान्य न्यूनतम तापमान से 4.5° से 6.4° सेल्सियस कम हो तथा ऐसी स्थिति दो या दो से अधिक दिनों तक बनी रहे।

4 शीत लहर की स्थिति में उठाये जाने वाले कदम

शीत लहर मानक संचालन प्रक्रिया (एस0ओ0पी0) का उद्देश्य अत्यधिक ठंड के मौसम में समुदायों, व्यक्तियों और उनके पड़ोसियों, मित्रों, सगे–सम्बन्धियों और स्वयं को स्वास्थ्य सम्बन्धी समस्याओं से बचाना है, जिसमें विशेष रूप से संवेदनशील लोगों पर ध्यान केंद्रित किया गया है। आईएमडी द्वारा जारी चेतावनियों को सभी सम्बन्धित को प्रेषित करने में सरकारी विभागों की महत्वपूर्ण भूमिका है। स्थानीय स्तर पर गंभीर और लंबे समय तक चलने वाली ठंड से निपटने की तैयारी और प्रतिक्रिया में महत्वपूर्ण भूमिका है, साथ ही स्वास्थ्य और अन्य संबंधित विभागों के साथ दीर्घकालिक रणनीतिक योजना पर मिलकर काम करना भी आवश्यक है। यह मानक संचालन प्रक्रिया (एस0ओ0पी0) इससे सम्बन्धित दिशा–निर्देशों और किए जाने वाले कार्यों का संकलन है, जिन्हें सभी विभागों, शहरी निकायों और ग्रामीण स्थानीय निकायों

द्वारा अपनाया जाना है। उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (यूएसडीएमए) द्वारा शीत लहर से निपटने के लिए निम्नलिखित कदम उठाया जाना हैः

- **पूर्व चेतावनी प्रणाली (Early Warning Systems)**:— भारत मौसम विज्ञान विभाग (IMD) द्वारा USDMA को शीत लहर की चेतावनी और अलर्ट प्रदान किया जाता है।
- **जन जागरूकता (Public Outreach)** :—तापमान का पूर्वानुमान तथा शीत लहर की चेतावनियों के व्यापक प्रसारण यू.एस.डी.एम.ए. / एस.ई.ओ.सी. द्वारा CAP / मीडिया / इलेक्ट्रॉनिक मीडिया आदि के माध्यम किया जायेगा। एस.ई.ओ.सी. द्वारा शीत लहर की चेतावनी जारी करने के साथ—साथ क्या करें और क्या न करें, के बारे में भी विभिन्न माध्यमों से जानकारी प्रदान की जाती रहती है।
- **चिकित्सा व्यवस्था को सुचारू किया जाना और अन्य प्रशासनिक उपाय (Medical Up-gradation and Administrative Measures)**:— अस्पतालों में शीत उपचार वार्ड स्थापित करने की योजना बनायी जाए। इसके साथ ही साथ शीत लहर की चेतावनी जारी होने पर स्कूलों आदि में अवकाश प्रदान करने पर विचार किया जाए।

सचिव, उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण श्री विनोद कुमार सुमन की अध्यक्षता में विभिन्न रेखीय विभागों के साथ शीतलहर से पूर्व तैयारियों की समीक्षा बैठक।

5 प्रमुख रणनीतियाँ

उत्तराखण्ड जैसे संवेदनशील हिमालयी राज्य में शीत लहर से निपटने के लिए कई प्रकार की रणनीति बनाया जाना आवश्यक हैं। सबसे महत्वपूर्ण रणनीति पूर्व चेतावनी प्रणाली और सामुदायिक जागरूकता है। भारत मौसम विज्ञान विभाग (आई0एम0डी0) से प्राप्त सटीक पूर्वानुमानों को विशेषकर दूरदराज के पहाड़ी क्षेत्रों में, शीघ्रता से प्रसारित किया जाए। स्वास्थ्य क्षेत्र में, स्थानीय स्वास्थ्य केंद्रों को सक्रिय किया जाए, आवश्यक दवाओं का स्टॉक सुनिश्चित किया जाए और निवासियों को हाइपोथर्मिया व फ्रॉस्टबाइट के लक्षणों के बारे में जागरूक किया जाए। इसके अतिरिक्त, आजीविका सुरक्षा के लिए कृषि और पशुपालन विभाग द्वारा किसानों को फसलों और पशुधन को पाले से बचाने के तरीके सिखाए जाएं। राज्य सरकार और स्थानीय गैर–सरकारी संगठनों के बीच बेहतर समन्वय स्थापित किया जाए, जिससे उत्तराखण्ड के निवासियों को शीत लहर के गंभीर प्रभावों से बचाया जा सके। स्थानीय स्तर पर शीत लहरों की तैयारी और उनसे निपटने में विभिन्न सरकारी एजेंसियों की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। सभी विभाग मिलकर कार्य करें। सभी के समन्वित प्रयास से शीत लहर के नकारात्मक प्रभाव कम करने में मदद मिलेगी। शीत लहर के प्रभाव को न्यून करने हेतु निम्नलिखित उपाय किए जाने चाहिए –

- पूर्व चेतावनी प्रणाली की स्थापना और अंतर–एजेंसी/अन्तर विभागीय समन्वय।
- स्थानीय स्तर पर स्वास्थ्य व्यवस्था की तैयारी।
- स्वास्थ्य, खाद्य एवं आपूर्ति, पेयजल, परिवहन और सड़क व्यवस्था आदि का कार्य करने वाले विभागों का क्षमता विकास।
- जन जागरूकता और सामुदायिक संपर्क।
- गैर–सरकारी और आम जनमानस के साथ सहयोग।
- गरीब समुदायों के लिए आश्रय स्थलों/रैन बसेरों की स्थापना और पहचान।

पालाग्रस्त क्षेत्रों में चूने व नमक का छिड़काव

सड़क से बर्फ हटाती जेसीबी

6 कृषि पर शीत लहर का प्रभाव

यह सर्वविदित है कि मौसम फसलों की वृद्धि और उत्पादकता को प्रभावित करने वाला एक प्रमुख कारक है। उत्तराखण्ड राज्य में रबी के मौसम के दौरान, पश्चिमी विक्षोभ के कारण शीत लहरों का आना एक वार्षिक घटना है। इन मौसमी प्रणालियों के प्रभाव से, रात का तापमान अक्सर हिमांक बिंदु के आस–पास चला जाता है और दिन का तापमान बहुत कम हो जाता है, कभी–कभी सर्दियों के मौसम में तापमान अत्यधिक कम हो जाता है। शीत लहर का कृषि पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है, जिसका प्रमुख कारण पाला पड़ना है, जिससे फसलों को भारी क्षति होती है। यह स्थिति सब्जियों, विशेषकर बेल वाली फसलों और आलू व मटर जैसी रबी की फसलों के लिए हानिकारक होती है, क्योंकि पाले के कारण पौधे झुलस जाते हैं और मुरझाकर सूख जाते हैं। तेज ठंडी हवाएं और तापमान में गिरावट आम, पपीता जैसे फलदार वृक्षों के फूलों और फलों को भी गिरा देती है या खराब कर देती है, जिससे उपज में भारी कमी आती है। इसके अतिरिक्त अत्यधिक ठंड से पौधों की सामान्य वृद्धि रुक जाती है, वे कमजोर हो जाते हैं और बाद में उनमें कीट व रोगों का प्रकोप बढ़ जाता है, जिससे किसानों को बड़ा आर्थिक नुकसान उठाना पड़ता है।

उत्तराखण्ड राज्य में शीत लहर के कुछ सकारात्मक प्रभाव भी कृषि पर पड़ते हैं, विशेष रूप से बागवानी के संदर्भ में। तीव्र ठंड मिट्टी की ऊपरी परत को प्राकृतिक रूप से शोधित करती है, जिससे कई हानिकारक कीटों के लार्वा, अंडे और रोगजनक फफूंद नष्ट हो जाते हैं, जिससे अगली फसल में कीटों का प्रकोप कम होता है। सेब और आड़ू जैसे शीतोष्ण फलों के पेड़ों के लिए एक निश्चित मात्रा में ठंडक (चिलिंग आवर्स) आवश्यक होती है; शीत लहरें इस आवश्यकता को पूरा करने में मदद करती हैं, जिससे फलों की गुणवत्ता और उपज बढ़ती है। अत्यधिक ठंड कुछ वार्षिक खरपतवारों के विकास को भी बाधित करती है, जिससे मुख्य फसल को बेहतर विकास का अवसर मिलता है।

राज्य में शीतकाल के दौरान ओलावृष्टि के कारण फसलों को व्यापक क्षति पहुंचती है।

7 शीत लहर का जीवन और आजीविका पर प्रभाव

उत्तराखण्ड में शीत लहर का जीवन और आजीविका पर मिश्रित प्रभाव पड़ता है। अत्यधिक ठंड जीवन के लिए जोखिम पैदा करती है, जिससे श्वसन संबंधी बीमारियाँ (निमोनिया) और हाइपोथर्मिया का खतरा बढ़ जाता है, साथ ही साथ जनजीवन अस्त–व्यस्त हो जाता है। दिसम्बर और जनवरी का महीना बौर फसलों के लिए बीज क्यारियां तैयार करने का समय होता है। कोहरे से बीज क्यारियों को नुकसान पहुंचता है, जिसका अर्थ है कम पैदावार, मुख्य खाद्य पदार्थों की ऊंची कीमतें और खाद्य सुरक्षा पर बड़ा प्रभाव। आधी रात से सुबह तक मध्यम से घना कोहरा छाया रहता है या कुछ स्थानों पर यह दोपहर तक भी रह सकता है। इससे परिवहन व्यवस्था बाधित हो सकती है और सड़कें वाहन चलाने के लिए असुरक्षित हो सकती हैं। पशुपालकों को भी अत्यधिक परेशानी का सामना करना पड़ता है। हालांकि, कुछ सकारात्मक प्रभाव भी देखे जाते हैं, तीव्र ठंड कुछ विशिष्ट पर्यटन क्षेत्रों के लिए वरदान साबित होती है, जहाँ बर्फबारी स्कीइंग और शीतकालीन पर्यटन को बढ़ावा देती है, जिससे स्थानीय होटल व्यवसायियों और गाइडों के लिए मौसमी आजीविका के अवसर पैदा होते हैं। साथ ही मौसम की ये स्थितियां स्थानीय समुदायों में एकजुटता बढ़ाती हैं और पारंपरिक गर्म वस्त्रों व स्थानीय गर्म खाद्य पदार्थों की बिक्री को बढ़ावा देती है।

शीतलहर से न सिर्फ जन जीवन पर बल्कि लोगों की आजीविका पर भी व्यापक प्रभाव पड़ता है।

8 पूर्वानुमान चेतावनी प्रणाली और संचार

8.1 शीत लहर की चेतावनी

पृथ्वी विज्ञान मंत्रालय (MoES) के अंतर्गत भारत मौसम विज्ञान विभाग (आई0एम0डी0) मौसम संबंधी सभी खतरों की चेतावनी सहित वर्तमान और पूर्वानुमानित मौसम संबंधी जानकारी प्रदान करने वाली नोडल एजेंसी है। यह भारी वर्षा, बर्फबारी, आंधी–तूफान, ओलावृष्टि, धूल भरी आंधी, शीत लहर, गर्म रात, कोहरा, शीत लहर, ठंडी रात, पाला आदि जैसी गंभीर मौसमी घटनाओं के विरुद्ध चेतावनी प्रदान करता है। यह संवेदनशील शहरों/ग्रामीण क्षेत्रों के लिए अधिकतम/न्यूनतम तापमान, कोहरे, बर्फबारी, शीतकाल की चेतावनी और शीतकाल संबंधी अलर्ट का मौसम पूर्वानुमान प्रदान करता है।

आई0एम0डी0 अपनी पूर्व चेतावनी प्रणाली के अंतर्गत अल्प से मध्यम अवधि (अगले पांच दिनों के लिए मान्य) में सभी मौसम संबंधी खतरों के लिए प्रतिदिन पूर्वानुमान और चेतावनी जारी करता है। ये चेतावनियाँ मौसम विज्ञान विभाग की वेबसाईट https://mausam.imd.gov.in/ पर दिन में चार बार अपडेट की जाती हैं।

आई0एम0डी0 मौसम पूर्वानुमान भारत सरकार द्वारा विकसित सचेत (कैप) पोर्टल के माध्यम से राज्य आपातकालीन परिचालन केन्द्र (एस0ई0ओ0सी0) के साथ साझा करता है, जिसे एस0ई0ओ0सी0 विभिन्न माध्यमों से यथाः– मैसेज, व्हाट्सऐप ग्रुप, मीडिया, इलेक्ट्रॉनिक मीडिया आदि से आम जनमानस तक प्रसारित करता है।

8.2 शीत लहर चेतावनी के लिए रंग संकेत की पहचान

आई0एम0डी0 वर्तमान में पूरे देश के लिए चेतावनी जारी करने के लिए नीचे दी गई रंग कोड प्रणाली पर आधारित है। यह प्रणाली सम्भावित शीत प्रकोप की गंभीरता के बारे में जानकारी देती है।

हरा रंग (कोई एक्शन नहीं)	सामान्य दिन	न्यूनतम तापमान लगभग सामान्य है।
पीला रंग (अपडेट रहें)	शीत चेतावनी	शीत लहर की स्थिति 2 दिन तक बनी रहने की सम्भावना है।
ऑरेंज रंग (तैयार रहें)	तीव्र शीत लहर	अधिक शीत लहर 4 दिन या उससे अधिक समय तक बनी रह सकती है।
लाल रंग (कार्रवाई करें)	अत्यधिक तीव्र शीत लहर	अत्यधिक शीत लहर/भीषण ठंड 6 दिनों से अधिक रहने की सम्भावना।

8.3 राज्य पूर्वानुमान चेतावनी प्रसारण प्रणाली

राज्य आपातकालीन परिचालन केंद्र (एस0ई0ओ0सी0) की यह जिम्मेदारी है कि वह सूचना जारी करने वाली एजेंसियों, जैसे कि भारत मौसम विज्ञान विभाग (आईएमडी), रक्षा भू–सूचना विज्ञान अनुसंधान प्रतिष्ठान (डी.जी.आर.ई.) और इसी तरह की अन्य एजेंसियों से प्राप्त किसी भी संभावित आपात स्थिति से सम्बन्धित चेतावनी का प्रसारण त्वरित गति से कराये। इस सम्बन्ध में एस0ई0ओ0सी द्वारा निम्नलिखित कार्य किया जाना चाहिएः–

- शीत लहर / सर्दी / पाला / बर्फबारी के पूर्वानुमान के लिए आई0एम0डी0, डी0जी0आर0ई0 तथा अन्य एजेंसियों के साथ समन्वय स्थापित किया जाए।
- भारत सरकार द्वारा विकसित सचेत (CAP) पोर्टल पर प्राप्त पूर्वानुमानों को आम जनमानस तक पहुँचाना।
- विभिन्न माध्यमों यथा– ईमेल, व्हाट्सऐप ग्रुप, मैसेज, मीडिया, इलेक्ट्रॉनिक मीडिया आदि से आम जनमानस तक पूर्वानुमान का प्रसारण।
- एक विश्वसनीय संचार प्रणाली की स्थापना और मुख्य प्रणाली में खराबी आने की स्थिति में वैकल्पिक संचार प्रणालियों की व्यवस्था सुनिश्चित करना।
- मीडिया के माध्यम से विभिन्न प्रकार की चेतावनियों का प्रसारण, भ्रामक खबरों का खण्डन तथा मीडिया के साथ बेहतर समन्वय।
- समुदायों और सभी संबंधित पक्षों के बीच जागरूकता फैलाना, जिसमें प्रारंभिक चेतावनी का प्रभावी उपयोग भी शामिल है।
- आई0एम0डी0 से प्राप्त पूर्वानुमान की गम्भीरता को देखते हुए जनपदों एवं रेखीय विभागों के सक्षम अधिकारियों के साथ समीक्षा बैठकों का आयोजन।

मोबाइल फोन पर प्राप्त होने वाला अलर्ट

अगले 24 घंटों में (येलो अलर्ट दिनांक 05 जनवरी 2026, प्रातः 9:58 बजे से 06 जनवरी 2026, प्रातः 9:58 बजे तक) जनपद – चंपावत, देहरादून, हरिद्वार, नैनीताल, पौडी गढ़वाल, ऊधमसिंहनगर के कुछ स्थानों पर यथा – रूड़की, रायवाला, डोईवाला, लक्सर, भगवानपुर, कोटद्वार, जसपुर, काशीपुर, बाजपुर, किच्छा, सितारगंज, खटीमा तथा इनके आस पास के क्षेत्रों में घना कोहरा छाने की प्रबल संभावना है।

मौसम विभाग द्वारा जारी चेतावनी को Geo-Targeted मैसेज के माध्यम से आम नागरिकों तक पहुंचाया जाता है।

9 रेखीय विभागों की भूमिका एवं उत्तरदायित्व

रेखीय विभागों तथा विभिन्न एजेंसियों को न केवल अपनी–अपनी जिम्मेदारियों का निर्वहन करना चाहिए, बल्कि अन्य एजेंसियों के साथ सुव्यवस्थित समन्वय में भी कार्य करना चाहिए। शीत लहर की एस0ओ0पी0 के सफल संचालन के लिये विभिन्न हितधारकों, एजेंसियों की पहचान कर, उनकी भूमिकाओं एवं जिम्मेदारियों को स्पष्ट रूप से परिभाषित करना आवश्यक है।

राज्य/जनपद/तहसील/ब्लॉक/पंचायत स्तर से लेकर केंद्र स्तर तक, सभी सम्बन्धित अधिकारियों/कर्मचारियों को विभाग स्तर पर कार्यक्रमों और गतिविधियों को संस्थागत रूप देना चाहिए और अंतर–विभागीय/अंतर–एजेंसी समन्वय को बढ़ाना चाहिए, जिससे किसी भी आपातकालीन स्थिति में सभी एक–दूसरे के साथ समन्वय स्थापित कर कार्यों को सफलतापूर्वक निष्पादन कर सकें।

9.1 भारतीय मौसम विज्ञान विभाग (आई0एम0डी0)

- सभी प्रमुख हितधारकों को बर्फबारी/शीत लहर/तापमान का पूर्वानुमान चेतावनी जारी करना और प्रसारित करना।
- प्रमुख संस्थानों/कार्यालयों और व्यक्तियों को सामूहिक ईमेल एवं व्हाट्सऐप ग्रुप में प्रसारित करना।
- टीवी/रेडियो/एफएम/अखबारों के माध्यम से मीडिया को जानकारी देना।
- शीत लहर के अध्ययन और अनुसंधान के लिए मौसम संबंधी डेटा उपलब्ध कराना ताकि बेहतर रोकथाम उपाय किए जा सकें।

9.2 उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (यू0एस0डी0एम0ए0)

- शीत लहर की तैयारियों के सम्बन्ध में जनपदों के साथ विभिन्न स्तरों पर समीक्षा बैठकों का आयोजन।
- शीत लहर की तैयारियों के सम्बन्ध में सम्बन्धित रेखीय विभागों तथा केन्द्रीय एजेन्सियों के साथ बैठकों का आयोजन।
- शीत लहर मानक संचालन प्रक्रिया (एस0ओ0पी0) तैयार करना तथा एस0ओ0पी0 की वार्षिक समीक्षा और अद्यतन करना।
- शीत लहर एस0ओ0पी0 के संशोधन हेतु सम्बन्धित विभागों एवं जनपदों के साथ बैठक कर अद्यतन करना एवं संशोधित शीत लहर एस0ओ0पी0 को व्यापक मंच पर साझा करना।

- यू0एस0डी0एम0ए0 की वेबसाइट में शीत लहर से संबंधित जानकारी को शामिल करना और अद्यतन करना।
- बर्फबारी, शीतलहर, पाला आदि से सम्बन्धित पूर्वानुमान देने वाली एजेन्सियों के साथ समन्वय स्थापित कर ससमय पूर्वानुमान/चेतावनियों को आम जनमानस तक प्रसारित करना।
- आम जनमानस को शीत लहर से बचने हेतु व्यापक प्रचार–प्रसार के सम्बन्ध में IEC सामग्रियों को तैयार किया जाना तथा जनपद स्तर पर व्यापक रूप से प्रचार–प्रसार किया जाना।
- आम जनमानसों को शीत लहर से बचाव हेतु प्रशिक्षणों का आयोजन करना/जागरूक करना।
- जनपदों एवं रेखीय विभागों हेतु शीत लहर की तैयारियों के सम्बन्ध में कार्यशाला का आयोजन किया जाना।
- जिला आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण को समय–समय पर शीत लहर के लिए दिशा–निर्देश जारी करना।
- डी0डी0एम0ए0 को सुदृढ़ करना ।
- शीत लहर, बर्फबारी इत्यादि से सम्बन्धित आपदाओं को न्यून करने के सम्बन्ध में विशेषज्ञ संस्थाओं के साथ विचार–विमर्श कर सुझाए गए उपाय/प्राप्त परामर्श के अनुसार कार्यवाही करना तथा सभी सम्बन्धितों को निर्देशित करना।

यू.एस.डी.एम.ए. स्थित राज्य आपातकालीन परिचालन केन्द्र में आपदा उपरान्त स्थिति की समीक्षा करते मा० मुख्यमंत्री जी

9.3 जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डी०डी०एम०ए०)

आपदा प्रबंधन अधिनियम, 2005 की धारा 25 के प्रावधानों के अनुसार, राज्य के सभी 13 जिलों में सरकार द्वारा जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डीडीएमए) का गठन किया गया है। जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डी0डी0एम0ए0) जिले में आपदा प्रबंधन के लिए योजना, समन्वय और कार्यान्वयन हेतु सर्वोच्च निकाय है। शीत लहर के दौरान, यह सुनिश्चित करने के लिए महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है कि सभी विभाग और स्थानीय अधिकारी एकजुट होकर काम करें, ताकि जान–माल के नुकसान को कम किया जा सके। आपदा प्रबंधन अधिनियम, 2005 की धारा 30 में डी0डी0एम0ए0 के अधिकार और कार्य निम्न प्रकार हैं: –

- **नोडल अधिकारी नामित किया जाना :** जिलाधिकारी के माध्यम से जनपद / तहसील/ब्लॉक स्तर पर नोडल अधिकारी नामित कराना, जिनके द्वारा शीत लहर से संबंधित समस्त कार्यों का निर्वहन किया जाना है।
  - जिलाधिकारी के माध्यम से आम जनमानस को शीत लहर के प्रकोप से बचाने हेतु आवश्यक कार्यवाही किए जाने हेतु जिला/तहसील/ ब्लॉक/ग्राम स्तर पर अधिकारियों के लिये समय–समय पर दिशा–निर्देश जारी करना।
  - जिलाधिकारी के माध्यम से शीत लहर से बचाव हेतु किए गए उपायों की तैयारियों की समीक्षा कराना तथा किसी भी आपदा या आपदा की आशंका वाली स्थिति से प्रभावी ढंग से निपटने के लिए आवश्यक निर्देश जारी कराना।
  - शीत लहर के समय अलाव जलाने की व्यवस्था कराना।
- **संवेदनशील क्षेत्रों की पहचान :** बर्फबारी, शीत लहर, कड़ाके की ठंड वाले स्थानों को चिन्हित कर उक्त स्थानों पर आम जनमानस की सुरक्षा हेतु आवश्यक कार्यवाही किया जाना।
- **कार्य योजना तैयार करना :** उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण द्वारा समय–समय पर दिये गये निर्देशों तथा शासन द्वारा समय–समय पर जारी शासनादेशों के अनुपालन में डी0डी0एम0ए0 द्वारा जनपद स्तर पर व्यापक शीत लहर कार्य योजना (Cold Wave Action Plan) तैयार किए जाए, जिसमें रोकथाम, तैयारी और प्रतिक्रिया के उपाय शामिल हों।
- **प्रारंभिक चेतावनी और सूचना प्रसार :** आई0एम0डी0, एस0ई0ओ0सी0 तथा अन्य माध्यमों से प्राप्त पूर्वानुमान/चेतावनियों को जिला आपातकालीन परिचालन केंद्र डी0ई0ओ0सी0 के माध्यम से जनता तक पहुँचाना।
- **जागरूकता अभियान :** लोगों को शीत लहर के प्रभावों (जैसे हाइपोथर्मिया) और उनसे बचाव के उपायों के बारे में जागरूक करना। इसमें क्या करें और क्या न करें पर विस्तृत एडवाइजरी जारी करना शामिल है।
- **मोबाइल टीम का गठन :** मोबाइल टीम गठित कर रात्रि के समय विभिन्न स्थानों का स्थलीय निरीक्षण कर किसी भी व्यक्ति को खुले आसमान के नीचे सोते हुए पाए जाने पर उन्हें रैन बसेरों तक पहुँचाया जाए।
- **कंबल वितरण :** शीत लहर के प्रकोप से बचने के लिए बेसहारा, असहाय लोगों को कंबल वितरित किया जाए।
- **आश्रय स्थलों/रैन बसेरों का चिन्हीकरण :** रैन बसेरों की व्यवस्था हेतु नोडल अधिकारी नामित किया जाए, जिनके द्वारा रैन बसेरों की समुचित व्यवस्थायें आदि का निरीक्षण समय–समय पर किया जाता रहे।
  - शीतलहर के प्रकोप से बचाने हेतु रैन बसेरों को चिन्हित करते हुये उनका निरीक्षण जनपदों के उच्च्य अधिकारियों द्वारा किया जाये।
  - उक्त रैन बसेरों में यथा आवश्यकता साफ–सफाई के अतिरिक्त आवश्यक वस्तुओं जैसे हीटर, बिस्तर तथा कंबल आदि पर्याप्त संख्या में उपलब्ध हों।
  - जनपदों द्वारा यह सुनिश्चित कर लिया जाए कि रैन बसेरों की संख्या आवश्यकतानुसार हो।
- **समन्वय स्थापित करना :** स्वास्थ्य विभाग, पशुपालन, कृषि, पेयजल, ऊर्जा विभाग और गैर–सरकारी संगठनों

(NGOs) सहित विभिन्न हितधारकों के बीच प्रभावी समन्वय सुनिश्चित करना ताकि सभी आवश्यक सेवाएं निरंतर बनी रहें।

- **चिकित्सा सुविधाएँ** : स्वास्थ्य सुविधाओं में शीत लहर से सम्बन्धित बीमारियों के इलाज के लिए पर्याप्त व्यवस्था (दवाइयां, स्टाफ) सुनिश्चित करना और आपातकालीन चिकित्सा सेवाओं को सक्रिय रखना।
- **पशुधन और कृषि की सुरक्षा** : किसानों और पशुपालकों को पशुओं के लिए गर्म शेल्टर और फसलों को पाले से बचाने के उपायों (जैसे स्प्रिंकलर सिंचाई) के बारे में मार्गदर्शन और सहायता प्रदान करना।
- **निगरानी और मूल्यांकन** : स्थिति की निरंतर निगरानी करना, प्रतिक्रिया गतिविधियों का मूल्यांकन करना और भविष्य की तैयारी के लिए प्रतिक्रिया डेटा और फीडबैक एकत्र करना।
- **संसाधनों की उपलब्धता** : आपातकालीन आपूर्ति, जैसे भोजन, पानी और आवश्यक उपकरणों की उपलब्धता सुनिश्चित करना और उन्हें किसी भी आपात स्थिति के लिए तैयार रखना।
  - ऐसी इमारतों और स्थानों की पहचान करना जिनका उपयोग भीषण ठंड की स्थिति में आश्रय गृह (रैन बसेरो) के रूप में किया जा सके और ऐसी इमारतों या स्थानों में भोजन, पानी, विद्युत, स्वास्थ्य सुविधाएं, शौचालय और स्वच्छता की व्यवस्था करना।
  - यह सुनिश्चित करना कि मार्च के अंत तक पर्याप्त मात्रा में खाद्य सामग्री, पीने का पानी, ईंधन और दवाएं संग्रहित हों और मार्च तक दूरस्थ क्षेत्रों के लिए व्यवस्था की गई हो।

शीतलहरी से बचाव हेतु जनपद स्तर पर की जाने वाली व्यवस्थाएं

9.4 पेयजल एवं जल संस्थान

पेयजल और जल संस्थान की भूमिका शीत लहर के दौरान मुख्य रूप से जल आपूर्ति की निरंतरता को बनाए रखने और सम्बन्धित बुनियादी ढांचे को ठंड से होने वाले नुकसान से बचाने पर केंद्रित होती है। शीत लहर में विभाग की प्रमुख जिम्मेदारियाँ निम्नलिखित हैं:– .

- **नोडल अधिकारी नामित करना:** एक नोडल अधिकारी को शीत लहर से उत्पन्न परिस्थितियों से निपटने के लिये नामित किया जाना चाहिए।
- **पाइप लाइनों की सुरक्षा:** अत्यधिक ठंडे तापमान के कारण पानी की पाइप लाइनों, विशेष रूप से बाहरी पाइपों में पानी जमने के कारण पाइप फट जाते हैं। विभाग इन महत्वपूर्ण बिंदुओं की पहचान करता है और उन्हें इंसुलेशन या अन्य तरीकों से बचाने के लिए सक्रिय कदम उठाता है। पाइप फटने की स्थिति वैकल्पिक पेयजल आपूर्ति की व्यवस्था करना।
- **जल उपचार संयंत्रों का संचालन :** यह सुनिश्चित करना कि जल उपचार संयंत्र (Water Treatment Plants) और पंपिंग स्टेशन सामान्य रूप से काम करते रहें। ठंडे मौसम में उपकरणों के खराब होने या जमने से बचाने के लिए उचित रख–रखाव और संचालन प्रक्रियाओं का पालन किया जाता है।
- **आपातकालीन मरम्मत दल:** पाइप फटने या जलापूर्ति बाधित होने जैसी आपातकालीन स्थितियों से निपटने के लिए त्वरित प्रतिक्रिया टीमें (Quick Response Teams) और मरम्मत दल तैयार रखना।
  - विभाग द्वारा आवश्यकतानुसार क्षतिग्रस्त पाइप लाइनों को तत्काल बदला जाए।
  - किसी भी क्षेत्र के आपदा से प्रभावित होने पर विभाग के अधिकारी/कर्मचारी आवश्यक उपकरण जैसे–पाईप, एचडीपीई पाईप, विशेष सामग्री, गैंती, फावड़ा, बेलचा, सोडियम हाइपोक्लोराइट/ब्लीचिंग पाउडर और श्रमिकों के साथ आपदा प्रभावित क्षेत्र में पहुंचते हुये तत्काल पेयजल आपूर्ति सुनिश्चित कराएं।
- **जल आपूर्ति की निरंतरता:** प्रभावित क्षेत्रों में जलापूर्ति सुनिश्चित करना। यदि मुख्य लाइनें खराब हो जाती हैं, तो वैकल्पिक व्यवस्था के रूप में टैंकरों के माध्यम से पानी की आपूर्ति सुनिश्चित की जाए।
  - उपलब्ध पेयजल की गुणवत्ता की जाँच की जाए और उसका शुद्धिकरण किया जाए। सार्वजनिक या पशुधन हानि वाले क्षेत्रों में, आपदा स्थल के ऊपर प्राकृतिक पेयजल स्रोतों की पहचान की जाए और पानी को लगातार कीटाणुरहित किया जाए।
- **जागरूकता फैलाना:** उपभोक्ताओं को विशेषकर उच्च जोखिम वाले क्षेत्रों में रहने वालों को, उनकी अपनी घरेलू पाइपलाइनों को ठंड से बचाने के तरीके बताना।
- **समन्वय:** जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (DDMA) के साथ समन्वय बनाए रखना ताकि किसी भी बड़ी आपदा या पानी की कमी की स्थिति में तत्काल सहायता और संसाधन प्राप्त किए जा सकें।

9.5 लोक निर्माण विभाग (लो०नि०वि०)

लोक निर्माण विभाग की भूमिका शीत लहर के दौरान मुख्य रूप से बर्फबारी व पालाग्रस्त क्षेत्रों में सुचारू यातायात हेतु सड़क मार्गों तथा पुलों से बर्फ हटाने, पाले का उपचार करने तथा मैदानी क्षेत्रों में कोहरे से बचाव हेतु आवश्यक रिफलेक्टर्स इत्यादि लगाने की होती है। शीत लहर के प्रबंधन में लोक निर्माण विभाग की प्रमुख जिम्मेदारियाँ निम्नलिखित हैं:

- **सड़कों का रख–रखाव** : पर्वतीय क्षेत्रों या अत्यधिक बर्फबारी वाले स्थानों में, लो0नि0वि0 की टीमें बर्फ हटाने वाले उपकरणों (जैसे स्नो कटर, जेसीबी, बुलडोजर) का उपयोग करके प्रमुख राजमार्गों और सड़कों को खोलने के लिए जिम्मेदार होती हैं, ताकि आवश्यक सेवाओं और आपातकालीन वाहनों की आवाजाही सुनिश्चित हो सके ।
  - पाला प्रभावित/बर्फ से प्रभावित फिसलन वाले स्थलों पर नमक या चूने का छिड़काव करना।
  - पालाग्रस्त क्षेत्रों में वाहनों की गति कम रखे जाने हेतु साईन बोर्ड/रिफलेक्टर बोर्ड लगाकर सम्भावित खतरे के प्रति सचेत किया जाना।
  - आपातकालीन स्थिति में जिला स्तर पर समुचित मात्रा में आवश्यक उपकरणों जैसे– जेसीबी मशीनें, स्नो–कटर, चेन, ट्रक आदि सामग्री की व्यवस्था सुनिश्चित करना तथा यदि कोई कमी है, तो उसे दूर करना। साथ ही जनपद में उपलब्ध संसाधनों की सूची तैयार करना तथा उसे हमेशा क्रियाशील स्थिति में रखना।
  - अधिशासी अभियन्ता के निर्देशानुसार, कनिष्ठ अभियंता (विद्युत एवं यांत्रिक) विभागीय स्तर पर उपलब्ध मशीनों और वाहनों का निरीक्षण करेंगे और उनके लिए डीजल की उपलब्धता सुनिश्चित करेंगे। वे यह कार्य प्रत्येक तिमाही (अप्रैल, जून, अक्टूबर और जनवरी) में करेंगे।
  - आपदा की स्थिति में कनिष्ठ अभियंता सड़क अवरोध की जानकारी प्राप्त करेंगे। कनिष्ठ अभियंता यह सूचना अपने अधिशासी अभियंता को देंगे और अवरुद्ध मार्गों को साफ करके यातायात व्यवस्था को सुचारू बनाने का प्रयास करेंगे।
  - कनिष्ठ अभियंता/सहायक अभियंता अपने अधिशासी अभियंता के माध्यम से सम्बन्धित विभाग (वन विभाग) से संपर्क करेंगे, ताकि सड़कों पर गिरे पेड़ों को हटाया जा सके या अपने विभागीय संसाधनों से मलबा/पेड़ों को हटाना शुरू किया जा सके। इसके लिए आसपास के चालकों को सूचित किया जाएगा और उन्हें तुरंत पहुंचने के लिए कहा जाएगा।

- **समन्वय और संसाधन जुटाना**: जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डी0डी0एम0ए0) के साथ निकट समन्वय में काम करना, ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि उपकरण और जनशक्ति किसी भी आपात स्थिति के लिए उपलब्ध हैं ।

9.6 विद्युत विभाग

- विद्युत विभाग शीत लहर के दौरान निर्बाध विद्युत आपूर्ति सुनिश्चित करने में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। शीत ऋतु में हीटिंग उपकरणों के उपयोग में वृद्धि के कारण बिजली की मांग काफी बढ़ जाती है और मांग के अनुरूप आपूर्ति बनाए रखना विभाग की मुख्य जिम्मेदारी होती है। शीत लहर के प्रबंधन में बिजली विभाग की प्रमुख भूमिकाएँ निम्नलिखित हैं:

- **निर्बाध विद्युत आपूर्ति सुनिश्चित करना:** विद्युत विभाग का प्राथमिक लक्ष्य यह सुनिश्चित करना है कि अस्पतालों, आश्रयों, रैन बसेरों और आम जनता के घरों में विद्युत आपूर्ति बिना किसी रुकावट के जारी रहे, क्योंकि हीटिंग और प्रकाश व्यवस्था के लिए बिजली आवश्यक होती है।
    - आपदा प्रभावित क्षेत्रों में निर्बाध विद्युत आपूर्ति बहाल किये जाने की व्यवस्था की जाए।
    - अस्पतालों, अग्निशमन सेवाओं और आपदा प्रबंधन प्रकोष्ठों जैसे क्षेत्रों में प्राथमिकता के आधार पर विद्युत सेवाएं बहाल की जाए।
- विगत में आई आपदाओं के अनुभव के आधार पर आपदा आने की स्थिति में किन–किन प्रकार की समस्याओं का सामना करना पड़ता है तथा किस प्रकार से समस्याओं का समाधान किया जाता है। इस बारे में पूर्व से ही पर्याप्त तैयारी किया जाना।
- **बढ़ी हुई मांग का प्रबंधन:** ठंड के कारण बिजली की मांग में अचानक वृद्धि (जिसे ''पीक लोड'' कहा जाता है) हो जाती है। इसको ध्यान में रखते हुये विद्युत आपूर्ति सुचारू रखने हेतु आवश्यक व्यवस्थायें करना। विभाग द्वारा यह भी सुनिश्चित किया जाय कि ग्रिड प्रबंधन और अतिरिक्त बिजली की व्यवस्था बनी रहे।
- **बुनियादी ढाँचे का रख–रखाव और सुरक्षा:** बिजली लाइनों, ट्रांसफार्मर और सब–स्टेशनों का पूर्व–शीतकालीन निरीक्षण और रख–रखाव सुनिश्चित करना, ताकि उपकरणों के खराब होने की संभावना कम हो सके। बर्फबारी या तेज हवाओं से क्षतिग्रस्त लाइनों की तुरंत मरम्मत करना।
- **आपातकालीन प्रतिक्रिया दल:** विद्युत कटौती या ब्रेकडाउन की स्थिति में तत्काल मरम्मत के लिए 24X7 आपातकालीन दल तैयार रखना। इन टीमों को आवश्यक उपकरण और सुरक्षा गियर प्रदान किया जाए।
- **जनरेटर और वैकल्पिक ऊर्जा स्रोत:** महत्वपूर्ण सुविधाओं जैसे अस्पतालों, जल उपचार संयंत्रों और जिला आपातकालीन परिचालन केंद्रों (डी0ई0ओ0सी0) के लिए वैकल्पिक विद्युत आपूर्ति बनाये रखने के लिये व्यवस्थायें सुनिश्चित करना। विद्युत आपूर्ति बाधित होने पर जनरेटर या अन्य वैकल्पिक स्रोतों का उपयोग करते हुये विद्युत आपूर्ति बनाये रखना।
- **समन्वय:** जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डी0डी0एम0ए0) और लोक निर्माण विभाग (लो0नि0वि0) के साथ समन्वय बनाए रखना, विशेषकर तब जब बर्फबारी के कारण बिजली की लाइनें क्षतिग्रस्त हो जाती हैं और सड़कों की सफाई की आवश्यकता होती है।

9.7 चिकित्सा, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग

स्वास्थ्य विभाग की भूमिका शीत लहर के दौरान लोगों के स्वास्थ्य की रक्षा करने और ठंड से सम्बन्धित बीमारियों से होने वाली मृत्यु दर को रोकने के लिए महत्वपूर्ण होती है। शीत लहर के प्रबंधन में स्वास्थ्य विभाग की प्रमुख भूमिकाएँ निम्नलिखित हैं:

- **स्वास्थ्य एडवाइजरी जारी करना** : आम जनमानस के लिए "क्या करें और क्या न करें" (Do's and Don'ts) विस्तृत दिशा–निर्देश जारी करना। इन एडवाइजरी में उचित कपड़े पहनने, घर के अंदर रहने, गर्म भोजन और पेय पदार्थ का सेवन करने और मादक पदार्थ के सेवन से बचने जैसी सलाह शामिल होती है।
    - ठंड से होने वाली सभी तरह की बीमारियों से निपटने के लिए दिशा–निर्देश तैयार किया जाय।
- **चिकित्सा तैयारियों की निगरानी**: यह सुनिश्चित करना कि सभी सरकारी अस्पताल, प्राथमिक स्वास्थ्य केंद्र (PHC) और सामुदायिक स्वास्थ्य केंद्र (CHC) शीत लहर से सम्बन्धित आपात स्थितियों से निपटने के लिए पूरी तरह से तैयार हो तथा उनमें आवश्यक दवाइयों आदि की समुचित व्यवस्था हो।
    - शीत लहर के प्रकोप से ग्रसित मरीजों के उपचार हेतु अलग से वार्ड की व्यवस्था हो।
- **दवाओं और उपकरणों की उपलब्धता**: हाइपोथर्मिया, फ्रॉस्टबाइट और ठंड के कारण बिगड़ने वाली अन्य स्थितियों (जैसे अस्थमा, हृदय रोग) के उपचार के लिए आवश्यक दवाओं, हीटिंग उपकरणों और अन्य चिकित्सा आपूर्ति का पर्याप्त स्टॉक बनाए रखना।
    - जनपद में गर्भवती महिलाओं की सूची, जिसमें नाम, पता व मोबाइल नम्बर अंकित हो, तैयार कर ली जाय। ऐसी महिलायें जिनका प्रसव की तिथि माह दिसम्बर से मार्च के मध्य हो, तो ऐसी महिलाओं के लिए विशेष व्यवस्था की जाये। यदि ऐसी महिलायें किसी ऐसे स्थान पर रहती हैं, जहां मार्ग बाधित होने या बन्द होने की सम्भावना रहती है, तो ऐसी महिलाओं को सुगम स्थान पर रहने की व्यवस्था करायी जाये, जिससे कि महिलाओं का सुरक्षित प्रसव कराया जाना सम्भव हो सके।

- **आपातकालीन चिकित्सा सेवाएँ (EMS)**: एम्बुलेंस सेवाओं और आपातकालीन कक्षों को 24x7 आधार पर सक्रिय और सतर्क रखना ताकि प्रभावित व्यक्तियों को समय पर चिकित्सा सहायता प्रदान की जा सके।

- अस्पतालों के बाहर किसी भी इमरजेंसी कॉल पर जवाब देने के लिए RRT (रैपिड रिस्पॉन्स टीम) की व्यवस्था करना ताकि किसी भी आपातकालीन स्थिति में समुचित रिस्पांस प्राप्त हो सके तथा उसकी समस्याओं का समाधान सम्भव हो सके।
- वॉल्यूम डिप्लीशन और इलेक्ट्रोलाइट असंतुलन के मैनेजमेंट के लिए स्टाफ, बेड, आई0वी0 फ्लूइड, ओ0आर0एस0 जैसी ज़रूरी दवाएं और उपकरणों की पर्याप्त व्यवस्था सुनिश्चित की जाए।

निगरानी और डेटा संग्रहण: शीत लहर से संबंधित बीमारियों और मौतों की दैनिक निगरानी करना, डेटा एकत्र करना और जिला/राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण को रिपोर्ट करना ताकि स्थिति की गंभीरता का आकलन किया जा सके।

- ठंड से होने वाली बीमारियों के सभी मामलों की रिपोर्ट ज़िले की IDSP (इंटीग्रेटेड डिजीज सर्विलांस प्रोग्राम) यूनिट को दी जानी चाहिए।

जागरूकता अभियान: स्थानीय स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं (आशा, एएनएम आदि) के माध्यम से आम जनमानस को सुरक्षा उपायों के बारे में जागरूक किया जाए।

- स्वास्थ्य केंद्रों को जानकारी फैलाने के अलग–अलग तरीकों का इस्तेमाल करके जन–समुदायों के लिए जागरूकता अभियान चलाया जाए।

रैन बसेरों/आश्रयों में स्वास्थ्य सेवा: जिला प्रशासन द्वारा स्थापित रैन बसेरों और आश्रयों में रहने वाले लोगों के स्वास्थ्य की जाँच के लिए नियमित चिकित्सा शिविर आयोजित करना और स्वच्छता सुनिश्चित करना।

9.8 पशुपालन विभाग

पशुपालन विभाग शीत लहर के दौरान पशुधन की सुरक्षा सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है, क्योंकि अत्यधिक ठंड मवेशियों, भेड़ों और अन्य पालतू जानवरों के स्वास्थ्य और उत्पादकता पर गंभीर प्रभाव डाल सकती है। शीत लहर के प्रबंधन में पशुपालन विभाग की प्रमुख भूमिकाएँ निम्नलिखित हैं:

एडवाइजरी और जागरूकता अभियान: किसानों और पशुपालकों के लिए विस्तृत दिशा–निर्देश जारी करना कि वे अपने पशुओं को ठंड से कैसे बचाएं।

- पशुओं के शेड/आश्रय स्थल को गर्म रखने, उन्हें जूट के बोरे या कंबल पहनाने और ठंडी हवा के सीधे संपर्क से बचाने की सलाह शामिल होती है।

पशु चारे का प्रबंधन: पशुओं के लिए पर्याप्त चारे की व्यवस्था सुनिश्चित की जाए।

पशु चिकित्सा सेवाएँ और दवाइयाँ: पशु चिकित्सालयों और औषधालयों में शीत लहर से सम्बन्धित बीमारियों (जैसे निमोनिया, हाइपोथर्मिया) के इलाज के लिए आवश्यक दवाओं और टीकों का पर्याप्त स्टॉक बनाए रखना।

- आपातकालीन पशु चिकित्सा सेवाओं को सक्रिय रखना और सुदूर क्षेत्रों में मोबाइल वैन के माध्यम से उपचार प्रदान करना।

- **आश्रयों का निरीक्षण और व्यवस्था:** खुली सड़कों पर घूम रहे बेसहारा पशुओं को शीत लहर के प्रकोप से बचाने के लिए निराश्रित पशुओं को उचित स्थान पर ठहराने हेतु स्थान चिन्हित किया जाए।
  - संसाधन उपलब्ध होने पर विभाग कमजोर पशुपालकों को बेहतर शेड बनाने या तिरपाल जैसी सामग्री उपलब्ध कराने में मदद कर सकता है।
- **समन्वय और निगरानी:** जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डी0डी0एम0ए0) के साथ समन्वय स्थापित करना और जिले में पशुधन की स्थिति की दैनिक रिपोर्टिंग करना।
  - पशुओं की किसी भी असामान्य मृत्यु दर पर नज़र रखना और आवश्यक कार्रवाई करना।

पशुपालन विभाग द्वारा पशुओं को शीत लहर से बचाने के लिए व्यवस्था किया जाना भी आवश्यक है।

9.9 परिवहन विभाग

परिवहन विभाग शीत लहर के दौरान सार्वजनिक सुरक्षा सुनिश्चित करने, आवश्यक आपूर्ति की आवाजाही बनाए रखने और सड़क नेटवर्क की कार्यक्षमता बनाए रखने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। शीत लहर के प्रबंधन में परिवहन विभाग की प्रमुख भूमिकाएँ निम्नलिखित हैं:

- **सार्वजनिक परिवहन का विनियमन और संचालन:** यह सुनिश्चित करना कि बसें और अन्य सार्वजनिक परिवहन के साधन सुरक्षित रूप से संचालित हों।
  - विभाग खराब दृश्यता (कोहरे) या बर्फीली/फिसलन भरी सड़क की स्थिति में ड्राइवरों को गति सीमा और सुरक्षा सावधानियों के बारे में दिशा–निर्देश जारी करें।
- **आवश्यक वस्तुओं का परिवहन:** राहत शिविरों, अस्पतालों और दूरदराज के क्षेत्रों तक आवश्यक वस्तुओं, जैसे भोजन, कंबल, दवाइयां और हीटिंग ईंधन की आपूर्ति सुनिश्चित करने के लिए लॉजिस्टिक्स की व्यवस्था करना।
- **सड़क की स्थिति पर जानकारी:** लोक निर्माण विभाग और यातायात पुलिस के साथ समन्वय बनाये रखते हुये, यात्रियों और जनता को वास्तविक समय में सड़क की स्थिति, बंद मार्गों या यात्रा के लिए सुरक्षित मार्गों के बारे में जानकारी प्रसारित करना।

- **सुरक्षित यात्रा दिशा–निर्देश:** वाहन चालकों के लिए दिशा–निर्देश जारी करना, जिसमें वाहनों को सर्दियों के लिए तैयार रहने और कोहरे में सुरक्षित ड्राइविंग के बारे में जानकारी दी जाए।
- **आपातकालीन वाहनों की प्राथमिकता:** यह सुनिश्चित करना कि एम्बुलेंस, फायर ब्रिगेड और अन्य वाहन, जो कि आपातकालीन स्थितियों में उपयोग में लाए जाते हैं, उनकी आवाजाही बाधित न हो।
- **समन्वय:** जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डी0डी0एम0ए0) के साथ समन्वय स्थापित करना ताकि किसी भी बड़ी सड़क रुकावट या दुर्घटना की स्थिति में त्वरित प्रतिक्रिया दी जा सके तथा अन्य आवश्यक कार्यवाही की जा सके।

9.10 पर्यटन विभाग

पर्यटन विभाग की भूमिका शीत लहर के दौरान पर्यटकों की सुरक्षा सुनिश्चित करने, पर्यटन स्थलों पर न्यूनतम व्यवधान होने और संभावित खतरों के बारे में समय पर जानकारी प्रदान करना होता है। शीत लहर के प्रबंधन में पर्यटन विभाग की प्रमुख भूमिकाएँ निम्नलिखित हैं:

- **पर्यटकों की सुरक्षा और परामर्श:** पर्यटन विभाग, पर्यटकों को मौसम की स्थिति के बारे में अपडेट प्रदान करते हुये पर्यटकों के लिए विस्तृत दिशा–निर्देश जारी करें।
- **आपातकालीन संपर्क और सहायता:** पर्यटन स्थलों पर फंसे हुए पर्यटकों के लिए 24x7 हेल्पलाइन नंबर सक्रिय रखना।
    - स्थानीय प्रशासन और खोज और बचाव टीमों के साथ समन्वय स्थापित किया जाए, जिससे किसी भी आपातकालीन स्थिति में पर्यटकों को सहायता प्रदान की जा सके।
- **बुनियादी ढाँचे का प्रबंधन:** यह सुनिश्चित करना कि होटल, रिसॉर्ट और अन्य पर्यटक आवासों में हीटिंग, गर्म पानी और बिजली जैसी बुनियादी सुविधाएँ उपलब्ध हों।
    - स्थानीय होटल/गेस्ट हाउस के मालिकों के साथ समन्वय स्थापित किया जाए, जिससे कि किसी भी आपातकालीन स्थिति में पर्यटकों को ठहराया जा सके।
    - ट्रेकिंग वाले स्थानों में संचार व्यवस्था बनाये रखने के लिये आवश्यक कार्यवाही की जाए। भारी बर्फबारी/रास्ता टूटने आदि की स्थिति में पर्यटकों के फंसने पर उनका किस प्रकार से रेस्क्यू किया जाना है, इस बारे में पूर्व तैयारी रखना।
    - ट्रेकिंग कराने वाले संस्थाओं के साथ समन्वय बनाये रखना तथा ट्रेकिंग के दौरान भारी बर्फबारी/ रास्ता टूटने/अन्य आपदा की स्थिति में किस प्रकार से पर्यटकों को सुरक्षित वापस लाना है, इस बारे में पहले से तैयारी रखना ताकि बिना व्यवधान के पर्यटकों की सुरक्षा सुनिश्चित हो सके तथा ट्रेंकिंग सुचारू रूप से किया जा सके।
- **परिवहन समन्वय:** परिवहन विभाग और स्थानीय टैक्सी ऑपरेटरों के साथ समन्वय स्थापित किया जाना सुनिश्चित किया जाये, जिससे कि पर्यटक सुरक्षित रूप से यात्रा कर सकें।
- **सकारात्मक संचार:** उन क्षेत्रों में जहाँ शीत लहर के बावजूद पर्यटन सम्भव है (जैसे विंटर स्पोर्ट्स डेस्टिनेशन), वहाँ सुरक्षा उपायों पर ध्यान देते हुए सकारात्मक संचार बनाए रखना।

9.11 शहरी विकास विभाग

शहरी विकास विभाग की भूमिका शीत लहर के दौरान शहरी क्षेत्रों में रहने वाले कमजोर नागरिकों, विशेषकर बेघर और बेसहारा लोगों को शीत लहर के प्रकोप से सुरक्षित करना। शीत लहर के प्रबंधन में शहरी विकास विभाग की प्रमुख भूमिकाएँ निम्नलिखित हैं:

- **रैन बसेरों की स्थापना और संचालन:** नगर निगम/नगर पालिकाओं/नगर पंचायतों द्वारा बेघरों के लिए पर्याप्त संख्या में रैन बसेरों का चिन्हिकरण करते हुये इस हेतु नोडल अधिकारी नामित किया जाए।
    - यह सुनिश्चित करना कि इन आश्रयों में पर्याप्त कंबल, गर्म पानी, विद्युत व्यवस्था और स्वच्छता सुविधाएं उपलब्ध हों।
- **अलाव की व्यवस्था:** सार्वजनिक स्थानों, जैसे बस स्टैंड, रेलवे स्टेशन, बाजार और प्रमुख चौराहों पर लकड़ी उपलब्ध कराकर अलाव की व्यवस्था करना ताकि निराश्रित, गरीब और बेघर लोग ठंड से बच सकें।
    - **शहरी गरीबों तक पहुँच:** स्थानीय गैर–सरकारी संगठनों और स्वयं सेवी संस्थानों के साथ समन्वय करके बेघर व्यक्तियों की पहचान करते हुये उन्हें रैन बसेरों में ठहराना तथा उनके लिये कंबल/भोजन आदि की व्यवस्था कराना।
- **स्वच्छता और पानी की आपूर्ति:** पेयजल और जल संस्थान विभाग के साथ मिलकर यह सुनिश्चित करना कि शहरी जल आपूर्ति लाइनें ठंड से प्रभावित न हों।
- **समन्वय:** जिला आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (डी0डी0एम0ए0) और स्वास्थ्य विभाग के साथ नियमित समन्वय बनाए रखना ताकि शीत लहर से संबंधित किसी भी स्वास्थ्य आपातकाल का तुरंत जवाब दिया जा सके।

निराश्रित लोगों के लिए प्रत्येक जनपद में की जाती है रैनबसेरे की व्यवस्था।

9.12 ग्राम्य विकास विभाग एवं पंचायती राज विभाग

ग्राम्य विकास विभाग/पंचायती राज विभाग की भूमिका शीत लहर के दौरान ग्रामीण आबादी, विशेषकर कमजोर वर्गों, की सुरक्षा सुनिश्चित करने पर केंद्रित होती है। शीत लहर के प्रबंधन में ग्राम्य विकास विभाग/पंचायती राज विभाग की प्रमुख भूमिकाएँ निम्नलिखित हैं:

- **कमजोर परिवारों की पहचान:** ग्रामीण क्षेत्रों में उन परिवारों, व्यक्तियों, बेघर लोगों और अकेले रहने वाले बुजुर्गों की पहचान करना, जिन्हें ठंड से गंभीर खतरा है और जिन्हें तत्काल सहायता की आवश्यकता है।
- **सामुदायिक आश्रयों की व्यवस्था:** ग्राम पंचायतों के सहयोग से स्कूलों, सामुदायिक केंद्रों या पंचायत भवनों को अस्थायी आश्रयों या राहत शिविरों के रूप में उपयोग के लिए तैयार करना।
  - इन स्थानों पर बुनियादी सुविधाएं जैसे पीने का पानी, शौचालय और प्रकाश व्यवस्था सुनिश्चित करना।
  - हीटर, गर्म पानी, कंबल आदि की समुचित व्यवस्था।
- **राहत सामग्री का वितरण:** जिला प्रशासन, खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति विभाग और गैर–सरकारी संगठनों (NGOs) से प्राप्त कंबल, गर्म कपड़े, तिरपाल और भोजन जैसी आवश्यक राहत सामग्री का गाँव स्तर पर न्यायसंगत वितरण सुनिश्चित करना।
- **अलाव की व्यवस्था:** ग्रामीण सार्वजनिक स्थानों, जैसे बस स्टॉप, चौपालों और बाजारों में लकड़ी की व्यवस्था करना ताकि स्थानीय लोग और दैनिक मजदूर ठंड से बचाव कर सकें।
- **जागरूकता अभियान:** स्थानीय स्तर पर स्वास्थ्य विभाग के साथ मिलकर लोगों को शीत लहर के प्रभावों (हाइपोथर्मिया) और उनसे बचाव के उपाय (क्या करें, क्या न करें) के बारे में जागरूक करना।
- **समन्वय और निगरानी:** ग्राम प्रधानों और स्थानीय कार्यकर्ताओं के माध्यम से स्थिति की निरंतर निगरानी करना और किसी भी आपात स्थिति या आवश्यकता की सूचना जिला आपातकालीन संचालन केंद्र (डी0ई0ओ0सी0) को देना।
  - पशुपालन विभाग के साथ समन्वय करना ताकि पशुधन की सुरक्षा सुनिश्चित की जा सके।
  - मौसम विज्ञान विभाग/राज्य आपातकालीन परिचालन केन्द्र/जिला आपातकालीन परिचालन केन्द्र से प्राप्त अलर्ट को स्थानीय लोगों तक पहुंचाना तथा उन्हें जागरूक करना।

जनपदों में कम्बल वितरण तथा अलाव की व्यवस्था।

9.13 राज्य आपदा मोचन बल (एस०डी०आर०एफ०)

राज्य आपदा मोचन बल (एस0डी0आर0एफ0) आपातकालीन स्थितियों में अपने विशेष प्रशिक्षण और उपकरणों का उपयोग करके जमीनी स्तर पर महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। हालांकि बाढ़ या भूकंप की तुलना में शीत लहर एक धीमी गति से बढ़ने वाली आपदा है, एस0डी0आर0एफ0 का हस्तक्षेप जीवन बचाने और राहत प्रयासों को सुचारू बनाने में सहायक होता है। शीत लहर के प्रबंधन में एस0डी0आर0एफ0 की प्रमुख भूमिकाएँ निम्नलिखित हैं:

- **खोज और बचाव (Search and Rescue):** विशेष रूप से भारी बर्फबारी वाले पर्वतीय या सुदूर क्षेत्रों में, जहाँ लोग बर्फ में फंस सकते हैं या रास्ता भटक सकते हैं, एस0डी0आर0एफ0 की टीमें फंसे हुए लोगों की तलाश कर उन्हें सुरक्षित स्थानों पर पहुंचाती हैं।
- **राहत सामग्री का वितरण:** एस0डी0आर0एफ0 स्थानीय प्रशासन/जिला आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण (DDMA) के साथ मिलकर काम करता है ताकि दुर्गम इलाकों में आवश्यक राहत सामग्री जैसे कंबल, गर्म कपड़े, भोजन के पैकेट, दवाइयां और हीटर पहुँचाए जा सकें।
- **चिकित्सा सहायता और निकासी:** एस0डी0आर0एफ0 के कर्मी अक्सर प्राथमिक चिकित्सा (First Aid) में प्रशिक्षित होते हैं। वे हाइपोथर्मिया या फ्रॉस्टबाइट से प्रभावित लोगों को आपातकालीन चिकित्सा सहायता प्रदान करते हैं। यदि आवश्यक हो, तो उन्हें सुरक्षित रूप से नजदीकी स्वास्थ्य केंद्रों या अस्पतालों में पहुंचाये जाने की व्यवस्था की जाए।
- **जागरूकता और सामुदायिक संपर्क:** एस0डी0आर0एफ0 द्वारा आवश्यकतानुसार स्थानीय समुदायों के बीच शीत लहर से बचाव के उपायों के बारे में जागरूकता प्रदान करना तथा शीत लहर से बचाव हेतु जनमानस को आवश्यक प्रशिक्षण प्रदान करना।
- **बुनियादी ढाँचे की बहाली में सहायता:** अत्यधिक बर्फ या ठंड के कारण बिजली लाइनें टूटनें या सड़कें अवरुद्ध होने की स्थिति में एस0डी0आर0एफ0 की टीमें लोक निर्माण विभाग (PWD) और विद्युत विभाग के साथ मिलकर अवरोधों को हटाने तथा आवश्यक सेवाओं को बहाल करने में तकनीकी सहायता प्रदान करती हैं।
- **समन्वय:** एस0डी0आर0एफ0 जिला और राज्य आपातकालीन संचालन केंद्रों के साथ सीधा समन्वय बनाए रखता है, जिससे स्थिति की वास्तविक समय की जानकारी मिलती है और प्रतिक्रिया प्रयासों को निर्देशित किया जाता है।

9.14 खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति विभाग

खाद्य एवं आपूर्ति विभाग शीत लहर के दौरान राज्य में आवश्यक वस्तुओं की उपलब्धता, भंडारण, वितरण एवं मूल्य नियंत्रण का दायित्व निभाता है। शीत लहर एवं अन्य आपदा की स्थिति में निम्न भूमिकायें निभाता है:–

- खाद्यान्न, डीजल, पेट्रोल, एलपीजी आदि आवश्यक सामग्रियों का अग्रिम भंडारण।
- दुर्गम एवं पर्वतीय क्षेत्रों में/बर्फबारी से प्रभावित होने वाले क्षेत्रों में शीत ऋतु से पूर्व ही तीन माह हेतु खाद्य एवं आवश्यक वस्तुओं की आपूर्ति सुनिश्चित की जाए।

शीत लहर

से सुरक्षा के उपाय

मानव स्वास्थ्य पर

- हाइपोथर्मिया (Hypothermia)
- शीतदंश (Frostbite) आमतौर पर उंगलियां, पैर की उंगलियां, नाक, कान, गाल आदि प्रभावित होते हैं। त्वचा जमी हुई, मोमी और सफेद हो जाती है।
- फ्रॉस्ट निप, चिलब्लेन्स (बिवाई) हल्की सर्द चोटें–जलन, सूजन और खुजली महसूस होती है।
- स्नो ब्लाइंडनेस (हिमांधता) बर्फ से परावर्तित तेज रोशनी आंखों को नुकसान पहुंचा सकती है।
- निर्जलीकरण और शारीरिक अंगों की क्षति।

पशुओं पर

- अत्यधिक ठंड व भोजन की कमी से मृत्यु का खतरा।
- हिमपात की स्थिति में चारे की अनुपलब्धता।

हाइपोथर्मिया (Hypothermia)

जब शरीर का तापमान 35°C से नीचे चला जाता है, तो इसे हाइपोथर्मिया कहते हैं। यह स्थिति जानलेवा हो सकती है।

हल्का हाइपोथर्मिया

संकेत एवं लक्षण:

निस्तेज आंख की पुतली	उनींदापन
अनियंत्रित कंपकंपी	धुंधली दृष्टि
तेज श्वास	धीमी नाड़ी

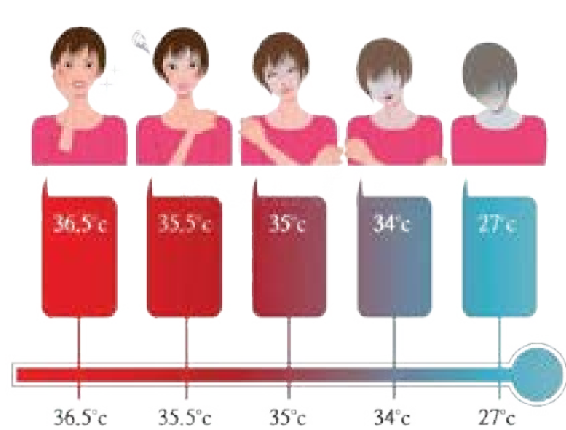
गंभीर हाइपोथर्मिया

संकेत एवं लक्षण:

कठोर हाथ–पैर	बहुत धीमी सांस और नाड़ी
चेतना की कमी	कंपकंपी का अभाव
प्रतिक्रिया नहीं देना	स्थिर और फैली हुई पुतली

गंभीर हाइपोथर्मिया

अंग	प्रभाव
मस्तिष्क	परिवर्तित चेतना, एपनिया (अश्वसन), कोमा
हृदय	धड़कन में अनियमितता, रुक जाना
फेफड़े	निमोनिया, श्वसन संकट
गुर्दे	एक्यूट किडनी फ़ेल्योर (गुर्दे की विफलता)
आंत	गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल ट्रैक्ट ब्लीडिंग (गुदा से रक्तस्राव)
रक्त	छोटी नसों में खून के थक्के (क्लॉटिंग)



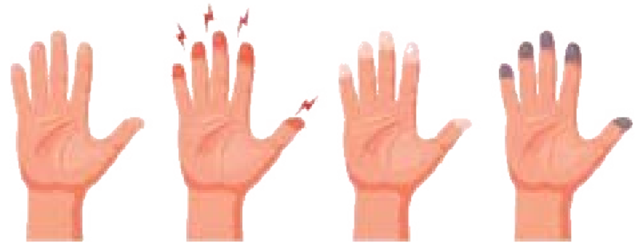
हाइपोथर्मिया के रोगी को प्राथमिक उपचार

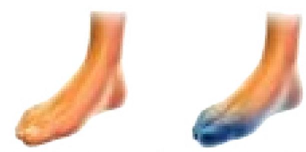
- प्रभावित व्यक्ति को ठंड से दूर सुरक्षित स्थान पर ले जाएं।
- गीले कपड़े हटाकर सूखे, गर्म कपड़े पहनाएं।
- व्यक्ति को कंबल में लपेटें और गर्म रखें।
- यदि सचेत हो, तो गर्म तरल (जैसे सूप या पानी) दें।
- ऑक्सीजन की आवश्यकता हो तो प्रबंध करें।
- इमरजेंसी स्वास्थ्य सेवाओं को तुरंत सूचित करें।

शीतदंश (Frostbite)

- रोगी को ठंडे स्थान से निकालें।
- अंग को हल्के गर्म वातावरण में रखें, पर ज़ोर से रगड़ें नहीं।
- सूखी, रोगाणुहीन ड्रेसिंग करें। उंगलियों को अलग–अलग बांधें।
- गंभीर मामलों में फफोले बनने पर छेड़ें नहीं।
- रोगी को चलने न दें, यदि पैर प्रभावित हों।
- मादक पदार्थ (जैसे शराब) से बचें, क्योंकि यह शरीर की आंतरिक गर्मी को कम कर देता है।
- यदि संभव हो, गुनगुने पानी (37°C से अधिक नहीं) से स्नान कराया जा सकता है।
- बर्फीले या सुन्न हुए अंगों को गर्म पानी में भिगोया जा सकता है (लेकिन रगड़ें नहीं!)।
- फ्रॉस्टबाइट से प्रभावित अंगों को हिलाना या दबाव देना गंभीर नुकसान पहुँचा सकता है।

शीतदंश के चरण



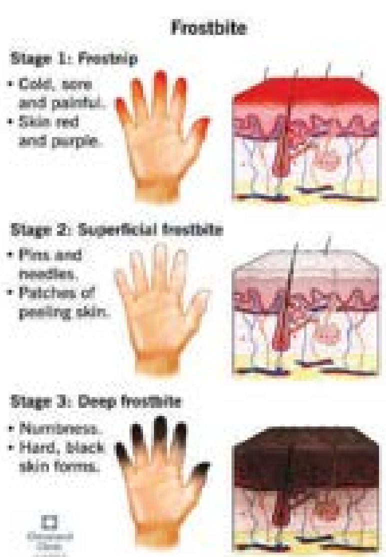


गहरी शीतदंश (Deep Frostbite)

शीतदंश के बाद के चरणों को लेट या डीप कोल्ड इंजरी कहा जाता है। इस स्थिति में त्वचा मोमी, कठोर व ठंडी लगती है।

रंग में बदलाव–सफेद → पीला → भूरा → नीला।

लक्षण – सूजन, फफोले, सुन्नता।



लेट या डीप कोल्ड इंजरीः

शीतदंश के बाद के चरणों को लेट या डीप–कोल्ड इंजरी कहा जाता है। इस स्थिति में त्वचा बहुत मोमी लग सकती है तथा स्पर्श करने पर दृढ़ हो सकती है। जैसे–जैसे ठंड जारी रहती है, घाव धब्बेदार और सूजा हुआ हो जाता है। अंत में, हिस्सा सूजा हुआ, फफोला पड़ा हुआ तथा सफेद हो जाता है।

संकेत एवं लक्षणः

- प्रभावित क्षेत्र में त्वचा की सतह जमी हुई महसूस होगी और सतह के नीचे की त्वचा की परतें छूने में कठोर महसूस करेंगी।
- त्वचा में धब्बे (धब्बेदार)। पहले सफेद रंग दिखाई देता है, फिर भूरा पीला और अंत में भूरा नीला दिखाई देता है।

ठंड के मौसम में शरीर की गर्मी बनाए रखने के उपाय

तापमान में बार-बार बदलाव से बचें

शरीर को बार–बार गर्म और ठंडे वातावरण में ले जाने से तापीय आघात (थर्मल शॉक) का खतरा बढ़ता है, जिससे हाइपोथर्मिया या अन्य स्वास्थ्य समस्याएं हो सकती हैं।

सिर और गर्दन को ढककर रखें

शरीर की लगभग 80 प्रतिशत गर्मी सिर और गर्दन के माध्यम से बाहर निकलती है। टोपी, स्कार्फ या मफलर पहनना अत्यंत आवश्यक है। हाथ व पैरों को भी ढकें।

नमी-निरोधक व ऊष्मा-संरक्षण वाले वस्त्र पहनें

कपड़ों के रूप में सिंथेटिक फाइबर या ऊन जैसे प्राकृतिक रेशों का उपयोग करें, जो शरीर की नमी को बनाए रखते हैं और गर्मी रोके रखते हैं। सूती कपड़े टालें, क्योंकि वे नमी सोख लेते हैं और शरीर को ठंडा कर सकते हैं।

स्थिर खड़े रहने से बचें

अत्यधिक ठंडे क्षेत्रों में लंबे समय तक एक ही स्थिति में खड़े रहना शरीर के तापमान को तेजी से घटा सकता है। धीरे–धीरे चलना या शरीर को गतिशील बनाए रखना फायदेमंद होता है।

विश्राम के लिए सुरक्षित आश्रय स्थल चुनें

यदि आपको ठंड में बाहर रहना पड़े, तो विश्राम हेतु किसी सुरक्षित, छाया युक्त और हवा से संरक्षित स्थान का चयन करें।

शीत मौसम जीवन रक्षा किट

एक प्रभावी विंटर सर्वाइवल किट तैयार करना ठंड से जुड़ी आपात स्थितियों में अत्यंत उपयोगी होता है। इसमें निम्नलिखित सामग्रियां अवश्य शामिल होनी चाहिए :–

जलरोधक माचिस और फायर स्टार्टर

जैसे–वॉटरप्रूफ माचिस, मैग्नीशियम फायर स्टिक, कैंडल या लाइटर। आग जलाने से शरीर गर्म रह सकता है।

सिग्नलिंग उपकरण

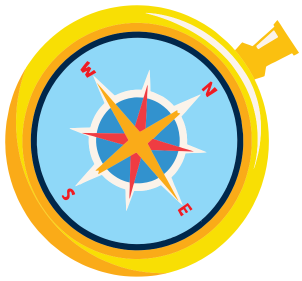
जैसे–टॉर्च (मशाल), शीशा (दर्पण) और सीटी। ये उपकरण बचाव दल को संकेत देने में मदद करते हैं।

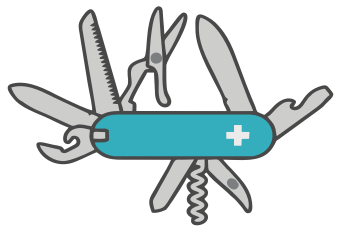
प्राथमिक चिकित्सा सामग्री

- प्रेशर बैंडेज (चोट या फ्रैक्चर के लिए)
- कोल्ड–क्लाइमेट लिप बाम (होंठ फटने से बचाने हेतु)
- धूप से बचाव के लिए सनग्लासेस (बर्फ पर सूर्य की तीव्र परावर्तित रोशनी से आंखों की सुरक्षा)

दिशा सूचक यंत्र (कंपास)

विशेष रूप से जब दृश्यता कम हो या आप रास्ता भटक जाएं, तो यह मार्गदर्शन में सहायक होता है।





बहुउद्देश्यीय चाकू (Multipurpose/Swiss Knife)

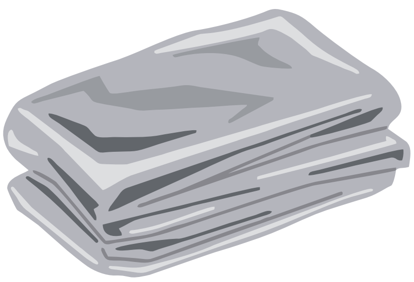
जिसमें ब्लेड, स्क्रू ड्राइवर, ओपनर, कैंची आदि एक साथ हों; भोजन काटने, रस्सी काटने, सुरक्षा के लिए उपयोगी।

पानी गर्म करने योग्य धातु का पात्र

जिससे आग पर पानी गर्म किया जा सके, साथ ही पिघली बर्फ को पीने योग्य बनाया जा सके।

पन्नी से बना जीवन रक्षा कंबल (Emergency Foil Blanket)

यह शरीर की ऊष्मा को लौटाकर हाइपोथर्मिया से बचाता है।



ऊर्जा वाला हल्का भोजन

जैसे एनर्जी बार, ड्राय फ्रूट्स, गुड़–चना, चॉकलेट, बिस्कुट आदि जो कम मात्रा में ज्यादा ऊर्जा दें।

ठंड से पीड़ित व्यक्ति की तत्काल देखभाल के उपाय

सुरक्षित और गर्म स्थान पर ले जाएं

- सबसे पहले पीड़ित को ठंडी या गीली जगह से हटाकर किसी सूखे और गर्म स्थान पर ले जाएं।
- यदि संभव हो तो उसे घर के अंदर या किसी बंद, हवा रहित कमरे में रखें।

शरीर को गर्म रखें

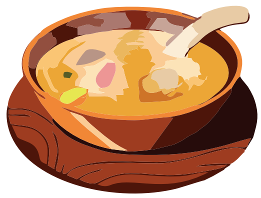
- पीड़ित को सूखे और गर्म कपड़े पहनाएं।
- गर्म कंबल से अच्छी तरह लपेटें।
- गर्दन, कांख (Armpit) और सिर को विशेष रूप से ढकें, क्योंकि शरीर की गर्मी इन स्थानों से तेजी से निकलती है।

धीरे-धीरे गर्माहट देना शुरू करें

- पीड़ित को रूम हीटर के पास बैठाएं, लेकिन बहुत नजदीक न रखें।
- गर्म पानी की बोतलें या केमिकल हीट पैक को गर्दन, कांख, छाती और पीठ पर रखें।
- अचानक तेज गर्मी देने से बचें, क्योंकि यह हृदय के लिए खतरनाक हो सकता है।

गर्म पेय और हल्का भोजन दें

- पीड़ित को गर्म शोरबा, सूप, चाय या दूध जैसे पेय दें।
- शराब या कैफीन युक्त पेय न दें दृव्य शरीर की गर्मी को और घटा सकते हैं।



पैरों को गर्म पानी में डुबोएं

- पीड़ित के पैरों को हल्के गर्म (गुनगुने) पानी में कुछ मिनटों के लिए भिगाएं इससे रक्तसंचार बेहतर होता है।

गर्म स्नान (यदि संभव हो)

- यदि व्यक्ति होश में है और सामान्य रूप से प्रतिक्रिया दे रहा है, तो हल्के गर्म पानी से स्नान कराया जा सकता है।
- स्नान के तुरंत बाद पीड़ित को तौलिए से सुखाकर गर्म कपड़े पहनाएं और कंबल ओढ़ाएं।

विश्राम और निगरानी

- पीड़ित को आराम करने दें, चलने या श्रम न करने दें।
- उसकी सांस, धड़कन और त्वचा के तापमान की निगरानी करते रहें।

चिकित्सा सहायता लें

- यदि पीड़ित को ठंड लगने के गंभीर लक्षण हों—जैसे सुस्ती, भ्रम, कंपकंपी बंद हो जाना या चेतना की कमी, तो तुरंत 108 या स्थानीय आपातकालीन चिकित्सा सेवाओं को कॉल करें।

शीतलहर से बचाव के लिए क्या करें व क्या न करें

गर्म कपड़े पहनें

- कपड़ों की कई परतें ज़्यादा उपयोगी होती हैं।
- भारी कपड़ों के बजाय ढीले–ढाले, हल्के, हवारोधी गर्म ऊनी कपड़ों की कई परतें पहनें। तंग कपड़े रक्त परिसंचरण को कम करते हैं।
- दस्तानों की जगह ऊनी दस्तानो को प्राथमिकता दें।
- सूखे रहें। अगर भीग गए हैं, तो शरीर की गर्मी को कम होने से बचाने के लिए जल्द से जल्द कपड़े बदलें।

स्वेटर | जैकेट | मफलर | दस्ताने | मोजे

घर को गर्म रखें

- सुनिश्चित करें कि दरवाजे और खिड़कियां ठीक से बंद हों ताकि ठंडी हवा घर में न आ सके।
- घर में हवा के प्रवेश को रोकने के लिए दरवाजे तथा खिड़कियों के पर्दे लगाकर रखें।
- हीटर आदि उपकरणों से घर को गर्म रखें, लेकिन पर्याप्त वेंटीलेशन के साथ।

जरूरी हो तभी बाहर निकलें

- जितना संभव हो सके घर के अंदर रहें और ठंडी हवा, बारिश, बर्फ के संपर्क में आने से बचें।
- बाहर जाना जरूरी हो तो सिर और कान को ढकें और गर्म कपड़ों से शरीर को कवर करें।
- बर्फ और पाले वाले क्षेत्रों में संभलकर चलें और सावधानी से वाहन चलाएं।
- मौसम संबंधी जानकारी के लिए रेडियो सुनें, टीवी देखें और आखबार पढ़ें।

सेहत का रखें ख्याल

- रोग प्रतिरोधक क्षमता बनाए रखने के लिए विटामिन C युक्त फल और सब्जियां खाएं।
- नियमित रूप से गर्म पेय पदार्थ पीते रहें, इससे शरीर के अंदर गर्मी बनी रहेगी।
- अपनी त्वचा को नियमित रूप से ऑयल या क्रीम लगाएं।
- ताजा पका हुआ गर्म और पोषक भोजन खाएं और हाइड्रेट रहने के लिए गुनगुना पानी पीते रहें।

सावधानी से करें हीटर का प्रयोग

- रूम हीटर का इस्तेमाल करते समय पर्याप्त वेंटिलेशन सुनिश्चित करें।
- रात को सोने से पहले हीटर बंद कर दें और अंगीठी को घर के बाहर रखना न भूलें।
- हीटर व अंगीठी से छोटे बच्चों को दूर रखें। कमरा गर्म हो जाए तो इनका प्रयोग न करें।
- कोयला जलाने से कॉर्बन डाईआक्साइड एवं मोनोआक्साइड पैदा होती है, जो मानव स्वास्थ्य के लिए काफी खतरनाक होती है। कोयले की अंगीठी रात में सोते समय कदापि न जलाएं।

बच्चों-बुजुर्गों की देखभाल

- नवजात शिशुओं, बच्चों और बुजुर्गों की विशेष देखभाल करें।
- सुबह और शाम के वक्त जब ठंडी हवा चल रही हो, बच्चों को बाहर न जाने दें।
- यह सुनिश्चित करें कि बुजुर्ग और बीमार व्यक्ति समय पर अपनी दवाएं ले रहे हैं।
- जिन्हें श्वास तथा हाइपरटेंशन की दिक्कत है, उन्हें अतिरिक्त सावधानी बरतने की जरूरत है।

जरूरतमंदों की मदद करें

- अकेले रहने वाले पड़ोसियों का हालचाल पूछते रहें और उनकी मदद करें।
- जरूरतमंद लोगों को गर्म कपड़े, कंबल तथा भोजन उपलब्ध कराएं।
- सड़क पर बेसहारा लोग दिखें तो इसकी सूचना प्रशासन को दें ताकि उन्हें रैनबसेरों में पहुंचाया जा सके।

कोहरे में सावधानी से चलाएं वाहन

- कोहरे में वाहन चलाते हुए सावधानी बरतना बहुत जरूरी है।
- कोहरे में वाहन चलाते समय अपने वाहन की फॉग लाईट तथा पार्किंग लाईट हमेशा ऑन रखें।
- अपने वाहन में डिफॉगर लगाएं तथा गाड़ी मोड़ते समय इंडीकेटर का प्रयोग करें।
- वाहन को नियंत्रित गति पर चलाएं और जब बहुत जरूरी हो तभी यात्रा करें।

अपने पशुओं की करें विशेष देखभाल

- शीत लहर के दौरान पशुओं और पशुधन को पर्याप्त भोजन दें, क्योंकि ऊर्जा की आवश्यकता बढ़ जाती है।
- पशुओं को ठंडी हवाओं से बचाने के लिए रात के समय पशु आवास को सभी तरफ से ढक दें।
- पशुओं के नीचे सूखे भूसे को बिछा दें। छोटे पशुओं को ढककर रखें और जलवायु अनुकूल नस्लों का चयन करें।
- पशुओं के लिए जलवायु स्मार्ट शेड बनाएं।

संख्या–1782/USDMA/1434 (2025)

प्रेषक,

सचिव,
उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण,
36, आई0टी0पार्क, सहस्त्रधारारोड
देहरादून।

सेवा में,

समस्त जिलाधिकारी,
उत्तराखण्ड।

यू.एस.डी.एम.ए. देहरादूनः दिनांक :20 दिसम्बर, 2025

विषयः– शीत लहर (Cold Wave), बर्फबारी (Snowfall), पाला एवं कोहरे से सम्बन्धित घटनाओं की रोकथाम हेतु आवश्यक तैयारी किए जाने के सम्बन्ध में।

महोदय/महोदया,

जैसा कि आप विदित है कि राज्य के अन्तर्गत विशेषकर पहाड़ी क्षेत्रों में शीतलहर (Coldwave) तथा बर्फबारी (Snowfall)एवं मैदानी क्षेत्रों में कोहरे के साथ–साथ शीत लहर की स्थिति माह दिसम्बर से फरवरी के मध्य तक बनी रहती है, जिसके कारण आम जनमानस व पशुओं को स्वास्थ्य सम्बन्धित विकारों का सामना करना पड़ता है। शीतलहर, बर्फबारी, पाला एवं कोहरे से सम्बन्धित घटनाओं की यथासमय रोकथाम व न्यून किए जाने हेतु जनपदों द्वारा विभिन्न रेखीय विभागों के साथ समन्वय स्थापित करते हुये पूर्व तैयारी किया जाना अति आवश्यक है।

अतः उपरोक्त के आलोक में जनपदों द्वारा त्वरित प्रभाव से निम्नानुसार आवश्यक कार्यवाही की जानी अपेक्षित है :–

1. शीतलहर के प्रभाव से बचाव हेतु की जाने वाली तैयारियों तथा शीतलहर के समय जनपद/तहसील/ब्लॉक/ग्राम स्तर पर निरीक्षण किए जाने तथा इससे सम्बन्धित अन्य कार्यवाही हेतु नोडल अधिकारी नामित किया जाये।
2. नामित नोडल अधिकारियों की सूची (नाम, पदनाम, विभाग का नाम तथा मोबाईल नम्बर) राज्य आपातकालीन परिचालन केन्द्र (एस0ई0ओ0सी0) के साथ साझाकिया जाय तथा डी0डी0एम0ए0 की वेबसाईट पर दर्शाया जाय, जिससे आम जनमानस किसी भी आपातकालीन स्थिति में सम्बन्धित विभाग/अधिकारी से सम्पर्क कर सकते हैं।
3. राज्य में जिन स्थानों पर बर्फबारी के कारण मार्ग अवरूद्ध होते हैं, उन स्थानों को चिन्हित करते हुये वहाँ पर जे0सी0बी0, स्नो कटर तथा बर्फ में फंसे वाहनों को निकालने के लिए चेन आदि उपकरणों की व्यवस्था पूर्व से ही सुनिश्चित कर ली जाय।
4. पालाग्रस्त/बर्फबारी वाले क्षेत्रों में आवश्यकतानुसार चूने तथा नमक का छिड़काव किए जाने हेतु समस्त तैयारी कर ली जाये।
5. पालाग्रस्त क्षेत्रों में दुर्घटनायें अत्यधिक होती हैं, ऐसे क्षेत्रों को चिन्हित कर लिया जाय। पालाग्रस्त क्षेत्रों में फिसलन से बचने के लिए सभी प्रकार की आवश्यक व्यवस्थायें सुनिश्चित

कर ली जाय। ऐसे स्थानों पर वाहनों की गति कम रखे जो हेतु व्यवस्था की जाय तथा साईन बोर्ड/रिफलेक्टर बोर्ड लगाकर आम जनमानस को सम्भावित खतरे के प्रति सचेत किया जाय।

6. जनपद द्वारा बर्फबारी तथा पाला हटाये जाने में उपयोग में लाये जाने वाले उपकरणों की क्रियाशीलता की जॉच की जाये, यदि किसी उपकरण में खराबी पायी जाती है तो उसे तुरन्त ठीक व बदला जाय। यह भी सुनिश्चित किया जाय कि उक्त उपकरण पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध हो। साथ ही जिन ऑपरेटरों द्वारा उपकरणों को चलाया जाना है, उन्हें पुनः प्रशिक्षण दिया जाय। इसी प्रकार, आपदा से निपटने के लिए जनपदों में उपलब्ध विभिन्न प्रकार के उपकरणों की विधिवत जॉच कर ली जाय तथा सभी सम्बन्धित को इन उपकरणों के विधिवत संचालन हेतु अभ्यास करा लिया जाय। उपकरणों में यदि किसी भी प्रकार की खराबी है तो उसे तत्काल ठीक करा लिया जाय।

7. ऊँचाई वाले क्षेत्रों, जहाँ पर बर्फबारी के कारण रोड ब्लॉक आदि की समस्यायें आती हैं, उन क्षेत्रों में माह मार्च तक का राशन, डीजल, पैट्रोल, गैस सिलेण्डर तथा दैनिक उपयोग की अन्य आवश्यक सामग्री आदि का भण्डारण कर लिया जाय, ताकि बर्फबारी आदि के कारण रास्ता अवरूद्ध होने की स्थिति में लोगों को असुविधा का सामना न करना पड़े।

8. राज्य में शीतलहर के प्रकोप से बचाव हेतु सार्वजनिक स्थानों जैसे चौक–चौराहों, बस तथा रेलवे स्टेशनों, धार्मिक स्थलों आदि स्थानों पर, जहाँ आम जनमानस की आवाजाही बनी रहती हैं, उन स्थानों पर अलाव जलाना सुनिश्चित किया जाये।

9. जनपदद्वारा शीतलहर के प्रकोप से बचने के लिए उपयोग में लाये जा रहे रैन बसेरों के लिये एक नोडल अधिकारी नामित किया जाये, जिसके द्वारा रैन बसेरों में साफ–सफाई के अतिरिक्त आवश्यक वस्तुओं जैसे हीटर, रौंड, बिस्तर तथा कम्बल आदि की व्यवस्थाओं का निरीक्षण किया जाये।

10. जनपदों द्वारा एक टीम गठित कर अभियान चलाया जाये, जिसके द्वारां रात्रि के समय जनपद/तहसील/ब्लॉक स्तर पर विभिन्न स्थानों में निरीक्षण किया जाये और यह सुनिश्चित किया जाये कि कोई भी व्यक्ति ठंड में खुले आसमान के नीचे न सोये। यदि कोई व्यक्ति खुले में सोता हुआ पाया जाय तो उसको रैन बसेरे में ठहराया जाये।

11. शीत लहर के प्रकोप से बचाने हेतु गरीब व असहाय व्यक्तियों को आवश्यकतानुसार कम्बल वितरित किया जाये। साथ ही यदि कोई व्यक्ति रात्रि में बाहर खुले में सोये मिले तो उसे तत्काल कम्बल दिया जाय। साथ ही उसको नजदीकी रैन बसेरे तक लाया जाये।

12. जनपदों में चिकित्सा, स्वास्थ्य हेतु आपातकालीन सेवाओं के लिए सभी प्रकार की आवश्यक व्यवस्थायें सुनिश्चित कर ली जाये। विशेष रूप से ठंड में होने वाली बीमारियों तथा इनसे बचने के लिये आवश्यक दवाइयों का समुचित भण्डारण सुनिश्चित कर लिया जाये। कार्यरत चिकित्सकों की सूची, पदनाम, मोबाईल नम्बर अंकित हो एव आवश्यक दवाइयों का पर्याप्त मात्रा में भण्डारण की व्यवस्था सुनिश्चित की जाये।

13. जनपद में गर्भवती महिलाओं की सूची, जिसमें नाम, पता व मोबाईल नम्बर अंकित हो, तैयार कर ली जाय। ऐसी महिलायें जिनका प्रसव की तिथि माह दिसम्बर से मार्च के मध्य हो, तो ऐसी महिलाओं के लिए विशेष व्यवस्था की जाये। यदि ऐसी महिलायें किसी ऐसे स्थान पर रहती हैं, जहाँ मार्ग बाधित होने या बन्द होने की सम्भावना रहती है, तो ऐसी महिलाओं को

सुगम स्थान पर रहने की व्यवस्था करायी जाये, जिससे कि महिलाओं का सुरक्षित प्रसव कराया जाना सम्भव हो सके।

14. खुली सड़कों पर घूम रहे बेसहारा पशुओं को शीतलहर के प्रकोप से बचाने पर भी ध्यान देते हुये पशुपालन विभाग से समन्वय स्थापित कर निराश्रित पशुओं को उचित स्थान पर ठहराने के लिए स्थान चिन्हित किया जाय तथा उनके लिये पर्याप्त मात्रा में चारा आदि की व्यवस्था सुनिश्चित की जाये।

15. पशुओं के लिये पर्याप्त मात्रा में चारे की व्यवस्था तथा दवाइयों का भण्डारण व आपातकालीन सेवाओं के लिये पशु चिकित्सकों की सूची तैयार की जाये।

16. प्रेस/मीडिया/सोशल मीडिया आदि के माध्यम से ठंड से बचाव हेतु क्या-क्या सावधानी बरती जानी चाहिए। इस बारे में समुचित प्रचार-प्रसार किया जाये तथा लोगों को जागरूक किया जाये। यह कार्य नियमित रूप से किया जाये। नगर निकायों के कूड़ा उठाने वाले वाहनों तथा अन्य उपलब्ध माध्यमों से भी उक्त प्रचार-प्रसार का कार्य किया जा सकता है तथा लोगों को ठंड से बचने हेतु जागरूक किया जा सकता है।

17. रैन बसेरों, अलाव जलाने वाले स्थानों तथा कम्बल वितरित किए जाने वाले स्थानों के बारे में मीडिया के माध्यम से प्रचार-प्रसार किया जाये, जिससे कि आम जनमानस को जानकारी प्राप्त हो सके और वह शीत लहर के प्रकोप से बचने के लिये नजदीकी स्थानों पर पहुँच सके।

18. बर्फबारी तथा शीतलहर के समय गेस्ट हाउस तथा होटलों में पर्यटकों के ठहरने की उचित व्यवस्था हो, यह सुनिश्चित किया जाये तथा यह भी ध्यान में रखा जाय कि होटलों आदि द्वारा बर्फबारी आदि के कारण रास्ता बन्द होने की स्थिति में पर्यटकों आदि से किसी भी प्रकार का अतिरिक्त किराया/बढ़ा हुआ किराया न लिया जाये।

19. राज्य के अन्तर्गत शीतकाल में चलने वाली शीतकालीन यात्रा पर आ रहे श्रद्धालुओं का विशेष ध्यान रखा जाये। यात्रियों के लिये विश्राम गृह, अलाव जलाने की व्यवस्था सुनिश्चित की जाये। यात्रा स्थलों के समीप अतिथि गृह एवं होटलों के साथ समन्वय स्थापित किया जाये तथा बर्फबारी के समय श्रद्धालुओं केरुकने की समुचितव्यवस्था का विशेष ध्यान रखा जाय। यदि कहीं भी रास्ता आदि बन्द होने की सम्भावना रहती है तो पूर्व से ही इसकी तैयारी कर ली जाये।

20. साथ ही यह प्रयास किया जाय कि रास्ता आदि बन्द होने के कारण राज्य में शीतकालीन यात्रा पर आने वाले श्रद्धालुओं तथा स्थानीय नागरिकों को किसी भी प्रकार की समस्या का सामना न करना पड़े तथा ऐसी स्थिति में इनके सुरक्षित आवास एवं भोजन की व्यवस्था सुनिश्चित की जाये।

21. जनपद द्वारा प्रतिदिन जलाये जाने वाले अलाव, रैन बसेरों में ठहरने वाले व्यक्तियों की संख्या तथा अन्य आवश्यक सूचनायें प्रतिदिन एस०ई०ओ०सी० के साथ साझा की जाये।

22. शीतकाल के दौरान पर्यटक/श्रद्धालु भ्रमण करने/ट्रेकिंग पर आने वाले सभी लोगों के आंकड़ों को जनपद आपातकालीन परिचालन केन्द्र में किया जाय, जिससे आपातकालीन स्थिति में सम्बन्धितों से सम्पर्क किया जा सके। साथ ही उक्त पर समस्त ट्रेकिंग एजेन्सियों तथा वन विभाग के साथ जिलाधिकारी/प्रभारी अधिकारी, आपदा प्रबन्धन समन्वय स्थापित करना सुनिश्चित करें।

23. ट्रेकिंग कराने वाली संस्थाओं/व्यक्तियों के साथ बैठक आहूत करते हुए उनको स्पष्ट रूप से निर्देशित कर दिया जाये कि उनके द्वारा ट्रेकिंग पर भेजे जाने वाले पर्यटकों की पूरी तरह से सुरक्षा हेतु सभी प्रकार की आवश्यक व्यवस्थायें सुनिश्चित की जाय। ट्रेकिंग पर भेजे जाने वाले लोगों से लगातार सम्पर्क बना रहे, इस हेतु भी अनिवार्य रूप से व्यवस्था कर ली जाय।

24. जनपद स्तर पर सम्बन्धित सभी अधिकारियों के साथ बैठक करते हुए शीत लहर से बचाव हेतु रणनीति बना ली जाय तथा सभी विभागों के स्तर पर की जाने वाली तैयारियों की समीक्षा करते हुए संज्ञान में आने वाली कमियों का निराकरण करते हुए सभी प्रकार की तैयारियों पूरी कर ली जाय ताकि भविष्य में सम्भावित नकारात्मक प्रभाव को कम किया जा सके।

अतः विभागवार उपरोक्त बिन्दुओं पर यथाआवश्यक कार्यवाही सुनिश्चित करते हुये कृत कार्यवाही की आख्या अधोहस्ताक्षरी के कार्यालय में उपलब्ध कराना सुनिश्चित करें।

भवदीय,

(विनोद कुमार सुमन)
सचिव

प्रतिलिपिः निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित

1. मुख्य सचिव महोदय, उत्तराखण्ड शासन/मुख्य कार्यकारी अधिकारी, उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण को सादर सूचनार्थ प्रेषित।
2. सचिव, आपदा प्रबन्धन एवं पुनर्वास विभाग, उत्तराखण्ड शासन।
3. अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी(प्रशासन/क्रियान्वयन), उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबनधन प्राधिकरण, देहरादून।
4. संयुक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी, उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण, देहरादून।
5. समस्त जिला आपदा प्रबन्धन अधिकारी, उत्तराखण्ड।
6. सम्बन्धित पत्रावली।

(विनोद कुमार सुमन)
सचिव

E-File N: 45456
Dispatch No-1920 /USDMA (2025)

प्रेषक,

सचिव,
उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण,
36, आई.टी. पार्क, सहस्त्रधारा रोड,
देहरादून।

सेवा में,

समस्त जिलाधिकारी,
उत्तराखण्ड

यू.एस.डी.एम.ए, देहरादूनः **दिनांकः 06 जनवरी, 2026**

विषयः– **सचेत ऐप को डाउनलोड कर उपयोग में लाये जाने के सम्बन्ध मे।**

महोदय/महोदया,

जैसा कि आप विदित है उत्तराखण्ड राज्य में वर्ष भर प्राकृतिक आपदाओं से सम्बन्धित विभिन्न घटनाएँ यथाः अतिवृष्टि, बादल फटना, भूस्खलन, हिमस्खलन, बाढ़ आदि घटित होती रहती है, जिससे आम जनमानस व पशुओं को कई प्रकार की कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है तथा इन घटनाओं के कारण कृषि भूमि, फसलों तथा सार्वजनिक एवं निजी परिसम्पत्तियों को भारी क्षति पहुँचती है। इन घटनाओं के कारण कई बार मानव जीवन तथा पशुओं की हानि हो जाती है। अतः प्रतिवर्ष होने वाली आपदाओं के कारण होने वाली क्षति को न्यून किये जाने हेतु मौसम का पुर्वानुमान आम जनमानस तक ससमय पहुँचाया जाना अत्यन्त आवश्यक है।

2. राष्ट्रीय आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण, गृह मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा SACHET Application विकसित किया गया है, जो कि Common Alerting Protocol (CAP) पर आधारित है, जिसके माध्यम से आम जनमानस तक विभिन्न आपदाओं यथाः अतिवृष्टि, आकाशीय बिजली, वनाग्नि, हिमस्खलन, तूफान, बाढ तथा चक्रवात आदि के सम्बन्ध में पूर्वानुमान प्रेषित किया जाता है।

उक्त चेतावनी प्रणाली पर विभिन्न Forecasting संस्थानों/विभागों जैसे भारत मौसम विभाग (आईएमडी), रक्षा भू–सूचना विज्ञान अनुसन्धान प्रतिष्ठान (डी.जी.आर.ई.), भारतीय भू–वैज्ञानिक सर्वेक्षण, भारतीय वन सर्वेक्षण आदि द्वारा विभिन्न आपदाओं के सम्बन्ध में पूर्वानुमान/चेतावनियाँ प्रसारित की जाती है, जिसको राज्यों में आपदा प्रबन्धन विभाग, राज्य आपातकालीन परिचालन केन्द्र (SEOC) के द्वारा आम–जनमानस तक ससमय भू–लक्षित (Geo-Targeted) SMS तथा मोबाईल ऐप के माध्यम से प्रसारित किया जाता है। सचेत पोर्टल में चेतावनियों की गम्भीरता को विभिन्न रंगों के माध्यम से दर्शाया जाता है, जिसका विवरण निम्नवत् हैः–

S.No	LEGENDS	**टिप्पणी**
1	**NO WARNING** ***(NO ACTION)***	हरा रंग "No Warning" का संकेत है। हरें रंग के माध्यम से चेतावनी जारी होने पर किसी प्रकार की कार्यवाही अपेक्षित नहीं है।

2	**YELLOW ALERT WATCH *(BE AWARE)***	पीला रंग "Be Aware" का संकेत है। पीले रंग के माध्यम से चेतावनी जारी होने पर सावधान रहने की आवश्यकता होती है।
3	**ORANGE ALERT (BE PREPARED TO TAKE ACTION)**	नारंगी रंग "Be prepared for potential disruptions and impacts" का संकेत है। नारंगी रंग के माध्यम से चेतावनी जारी होने पर जनता को संभावित व्यवधानों और प्रभावों के लिए "तैयार रहने" की सलाह दी जाती है।
4	**RED ALERT WARNING *(TAKE ACTION)***	लाल रंग "High Risk of Severe Impacts and Urging the Public to Take Action" का संकेत है। लाल रंग की चेतावनी जारी होने पर अत्यधिक खतरे की सम्भावना रहती है। लाल रंग का संकेत गंभीर स्थिति की चेतावनी देता है। इसमें अत्यधिक सावधानी बरतने की आवश्यकता रहती है।

2.1 भारत मौसम विज्ञान विभाग (IMD), भारत सरकार द्वारा समय–समय पर आपदा विभाग के साथ मौसम पूर्वानुमान को SACHET Application (Common Alerting Protocol-CAP) के माध्यम से साझा किया जाता है। IMD द्वारा हरा, पीला, नारंगी तथा लाल रंगों के माध्यम से राज्य में होने वाली वर्षा की सम्भावना तथा अन्य चेतावनियों को दर्शाया जाता है, जिसका विवरण निम्नवत् है:–

क्र.सं.	घटना	विवरण	CAP प्लेटफ़ॉर्म में रंग कोड मानचित्रण
1	भारी वर्षा / बर्फवारी ***(Heavy Rainfall/Snowfall)***	**भारी:** 64.5–115.5 मिमी / 24 घंटे ***(Heavy: 64.5-11.5 mm/24 Hrs)***	Yellow Alert (Be Watch)
		बहुत भारी: 115.6 – 204.4 मिमी / 24 घंटे ***(Very Heavy 115.6 – 204.4 mm/24 Hrs)***	Orange Alert (Be Prepared)
		असाधारण भारी: 204.5 मिमी / 24 घंटे से अधिक या बराबर ***(Exceptionally Heavy : Greater than or equal to 204.5 mm/24 Hrs)***	Red Alert (Take Action)
2	गर्जन / झोंका / ओलावृष्टि ***(Thunderstorm/Squall /Hailstorm)***	**हल्की गरज–चमक:** गरज–चमक जिसमें अधिकतम सतह की हवा की गति (एमएसडब्ल्यू) 41–61 किमी / घंटा (झोंके / तूफान में) ***(Light Thunderstorm: Thunderstorms with maximum surface wind speed (MSW)<40 Kmph (In gusts/ squall))***	Yellow Alert (Be Watch)
		मध्यम आंधी गरज: आंधी / तूफान, जिनमें अधिकतम सतही हवा (एमएसडब्ल्यू) 41–61 किमी / घंटा (झोंके / तूफान में) ***(Moderate Thunderstorm: Thunderstorms with maximum surface wind (MSW) 41-61 Kmph (In gusts / squall))***	Orange Alert (Be Prepared)
		तेज आंधी–तूफान: तेज आंधी / तूफान जिनकी अधिकतम संतुलित वेग 62–87 किमी / घंटा	Red Alert (Take Action)

		(झोंके / आंधी) ***(Severe Thunderstorm: Thunderstorms with MSW 62-87 kmph (In gusts /squall))***	
		बहुत तेज आंधी / तूफानः ऐसे आंधी / तूफान जो MSW > 87 किमी / घंटा (झोंके / तूफान में) के साथ या बिना हो। ***(Severe Thunderstorm: Thunderstorms with or without MSW > 87 kmph (In gusts /squall))***	Red (Take Action)
3	बिजली ***(Lightning)***	**कम बिजली गिरने की संभावनाः** < 30% बिजली गिरने की संभावना। ***(Low Lightning probability: <30% probability of lightning occurrence)***	Yellow Alert (Be Watch)
		मध्यम बिजली गिरने की संभावनाः 30-60% बिजली गिरने की संभावना। ***(Moderate Lightning probability: 30-60% probability of lightning occurrence.)***	Orange Alert (Be Prepared)
		भारी बिजली गिरने की संभावनाः >60% बिजली गिरने की संभावना। ***(High Lightning probability: >60% probability of lightning occurrence.)***	Red Alert (Take Action)
4	गर्म हवायें ***(Heat Wave)***	गर्म दिन की स्थिति मैदानी क्षेत्र में अधिकतम तापमान कम से कम 40^{0}C तथा पर्वतीय क्षेत्र में कम से कम 30^{0}C । ***(Hot day conditions) Maximum Temperature of a station reaches at least 40^{0}C Plains & 30^{0}C Hilly Reions***	Yellow Alert (Be Watch)
		गर्म हवाएं (लू) ***(Heat wave)*** Departure from normal is 4.5^{0}C to 6.4^{0}C OR When actual maximum temperature ≥ 45^{0}C	Orange Alert (Be Prepared)
		तेज गर्म हवायें ***(Severe Heat Wave)*** Departure from normal is ≥ 6.4^{0}C OR When actual maximum temperature ≥ 47^{0}C	Red Alert (Take Action)
4	ठंडी हवायें ***(Cold Wave)***	ठंडे दिन की स्थिति ***(Cold day conditions)***	Yellow Alert (Be Watch)
		ठंडी हवायें ***(Cold Wave)*** Departure from normal is -4.5^{0}C to -6.4^{0}C OR When actual maximum temperature ≤ 4^{0}C	Orange Alert (Be Prepared)
		तेज ठंडी हवायें ***(Severe Cold Wave)***	Red Alert (Take Action)

		Departure from normal is ≥ -6.4^{0}C OR When actual maximum temperature ≤2^{0}C	
6	कोहरा *(Fog (Visibility))*	**हल्का कोहराः** दृश्यता 500 –1000 मी0 ***(Shallow Fog: Visibility 500 - 1000 Meters)***	Yellow Alert (Be Watch)
		मध्यम कोहराः दृश्यता 200–500 मी0 ***(Moderate Fog: Visibility 200 – 500 Meters)***	Orange Alert (Be Prepared)
		घना कोहराः दृश्यता 200 मी0 से कम ***(Dense Fog : Visibility less than 200 Meters)***	Red Alert (Take Action)

2.2 भारतीय वन सर्वेक्षण, भारत सरकार द्वारा वनाग्नि के सम्बन्ध में पूर्व चेतावनियां सचेत पोर्टल (CAP) के माध्यम से प्रसारित की जाती है, जिसका प्रारूप निम्नवत् हैः

घटना	**विवरण**	**CAP प्लेटफ़ॉर्म में रंग कोड मानचित्रण**
वनाग्नि हेतु पूर्व चेतावनी ***(Pre Fire Alert For Forest)***	**आग खतरे की श्रेणी** बहुत उच्च ***(Fire Danger rating of class VERY HIGH)***	Orange Alert (Be Prepared)
	आग खतरे की श्रेणी अत्यधिक ***(Fire Danger rating of class EXTREME)***	Red Alert (Take Action)

2.3 केन्द्रीय जल आयोग (CWC), भारत सरकार द्वारा बाढ़ के सम्बन्ध में सचेत पोर्टल (CAP) पर दिये जाने वाली पूर्व चेतावनियां के रंगों का विवरण निम्नवत् हैः–

घटना	**विवरण**	**CAP प्लेटफ़ॉर्म में रंग कोड मानचित्रण**
बाढ़ ***(Flood)***	**सामान्य से अधिकः** बाढ़ चेतावनी स्तर <= बाढ़ का वास्तविक स्तर < बाढ़ का खतरा स्तर ***(Above Normal: Flood Warning Level <= Flood Actual Level < Flood Danger Level)***	Yellow Alert (Be Watch)
	गंभीरः बाढ़ खतरे का स्तर <= बाढ़ का वास्तविक स्तर < बाढ़ का उच्चतम स्तर ***(Severe: Flood Danger Level <= Flood Actual Level < Flood Highest Level)***	Orange Alert (Be Prepared)
	अत्यधिकः बाढ़ का उच्चतम स्तर <= बाढ़ का वास्तविक स्तर ***(Extreme: Flood Highest Level <=Flood Actual Level)***	Red Alert (Take Action)

2.4 रक्षा अनुसंधान एवं विकास संगठन (DGRE), भारत सरकार द्वारा हिमस्खलन के सम्बन्ध में सचेत पोर्टल (CAP) पर दिये जाने वाली पूर्व चेतावनियां के रंगों का विवरण निम्नवत् हैः–

घटना	**विवरण**	**CAP प्लेटफ़ॉर्म में रंग कोड मानचित्रण**
हिमस्खलन ***(Avalanche)***	आम तौर पर सुरक्षित परिस्थितियाँ (खतरा स्तर 1) ***(Generally safe conditions (Danger Level 1))***	NO WARNING (NO ACTION)
	आंशिक रूप से असुरक्षित परिस्थितियाँ (खतरा स्तर 2) ***(Partly unsafe conditions (Danger Level 2))***	Yellow Alert (Be Watch)

	असुरक्षित परिस्थितियाँ (खतरा स्तर 3) ***(Unsafe conditions (Danger Level 3))***	Orange Alert (Be Prepared)
	अत्यधिक असुरक्षित परिस्थितियाँ (खतरा स्तर 4) ***(Highly unsafe conditions (Danger Level 4))***	Red Alert (Take Action)
	अत्यधिक असुरक्षित परिस्थितियाँ (खतरे का स्तर 5) ***(Extremely unsafe conditions (Danger Level 5))***	**BLACK**

3. सचेत पूर्व चेतावनी प्रणाली की निम्नलिखित विशेषतायें हैं:–

- ससमय पूर्वानुमान/चेतावनियों का प्रसारण।
- पूर्वानुमान/चेतावनियों का प्रचार–प्रसार विभिन्न भाषाओं यथा: अंग्रेजी, हिन्दी, बांग्ला, मलियालम, उडिया आदि (कुल 18 भाषाओं) में किया जाता है।
- जिस स्थान के लिए चेतावनी जारी की जाती है, उस क्षेत्र में चेतावनी के समय जितने भी मोबाईल फोन उपलब्ध होता है सभी पर एसएमएस के माध्यम से भी पूर्वानुमान/चेतावनियों का प्रसारण किया जाता है। चाहे मोबाईल फोन में किसी भी कम्पनी का सिम लगा हो।
- आम जनमानस भी SACHET MOBILE APP तथा SACHET डेशबोर्ड के माध्यम से पूर्वानुमान/चेतावनियों की जानकारी प्राप्त कर सकता है।
- देश के विभिन्न राज्यों/स्थानों से सम्बन्धित मौसम पूर्वानुमान को देखा जा सकता है (**चित्र–1**)।
- 07 दिनों का मौसम पूर्वानुमान दर्शाया जाता है (**चित्र–2**)।
- आपदा से बचने के लिए, आपदा के दौरान तथा आपदा के पश्चात् क्या करें ? क्या ना करें ? से सम्बन्धित विभिन्न भाषाओं में जन–जागरूकता हेतु Advisory तथा वीडियो क्लिप्स दिये गए हैं (**चित्र–3**)।
- पोर्टल/मोबाईल ऐप पर आपातकालीन नम्बर–112 को भी आपदा के समय उपयोग में लाये जाने के बारे में बताया गया है। इसी पोर्टल से सीधे आपातकालीन नम्बर 112 पर डॉयल कर सकते हैं।
- उक्त पोर्टल/मोबाईल ऐप पर भूकम्प की घटनाओं की सूची को भी दिखाया गया है।

चित्र–1

चित्र–2

4. SACHET Application (CAP) के अन्तर्गत दो मोडयूल तैयार किये गये हैं, जिसमें एक वेब पोर्टल है तथा दूसरा मोबाइल ऐप है।

(क) SACHET-CAP National Disaster Alert Portal:- सचेत डैशबोर्ड के माध्यम से भी आम जनमानस तक पूर्वानुमान/चेतावनियों को दर्शाया जाता है, जिससे आने वाले खतरों की जानकारी का आकंलन किया जा सकता है। https://sachet.ndma.gov.in/ लिंक के माध्यम से सचेत डैशबोर्ड को देखा जा सकता है **(चित्र–4)**

चित्र–4: सचेत डेशबोर्ड

(ख) SACHET MOBILE APP:- सचेत मोबाईल ऐप के उपयोग से भी आम जनमानस पूर्वानुमान/चेतावनियों से आने वाले खतरों की जानकारी प्राप्त कर सकता है। SACHET MOBILE APP को डाउनलोड हेतु निम्न लिंक हैः–

- CAP Mobile App (Sachet): For Android:bit.ly/3Fb3oxz
- CAP Mobile App (Sachet): For IOS:apple.co/3yweV3f
- उक्त एप्प क्यू–आर कोड के माध्यम से डाउनलोड कर उपयोग में लाया जा सकता है।

एण्ड्रॉयड **आईओएस**

सचेत ऐप पर विभिन्न भाषाओं में चेतावनियाँ प्राप्त होती है, जिसे आम–जनमानस अपनी पसन्दीदा भाषा में बदलकर पढ़ सकता है। साथ ही चेतावनियों को गूगल मैप में भी देखा जा सकता है, जिसका प्रारूप निम्नवत् हैः

इसके अतिरिक्त सचेत ऐप पर सुनने की (Audio) सुविधा भी उपलब्ध हैं, ऑडियो को Listen Button दबाकर चेतावनियों को किसी भी भाषा में सुना जा सकता है। साथ ही यदि किसी को चेतावनियों को मानचित्र पर देखना हो तो उसके लिए मैप बटन को दबाकर चेतावनियों को देखा जा सकता है।

5. वर्तमान में मौसम विभाग द्वारा पांच दिन, 24 घण्टे तथा 03 घण्टे का पूर्वानुमान /अलर्ट जारी किया जाता है। यह पूर्वानुमान/अलर्ट प्रायः प्रमाणिक / सटीक होता है। मौसम विभाग द्वारा पूर्वानुमान/अलर्ट की सूचना प्राप्त होने पर जनपदों को निम्न प्रकार से पूर्वानुमान/अलर्ट की सूचना प्रेषित की जाती है–

5.1 भारत मौसम विज्ञान विभाग, भारत सरकार द्वारा वर्षा, आकाशीय बिजली तथा आंधी–तूफान के सम्बन्ध में पूर्व चेतावनियां सचेत पोर्टल (CAP) के माध्यम से प्रचारित की जाती हैं, जिसका प्रारूप निम्नवत् हैः

i- वर्षा के लिये ऑरेंज अलर्ट होने पर जारी होने वाले पूर्वानुमान/अलर्ट का प्रारूप–

अगले 3 घंटे में (ऑरेंज अलर्ट 07.07.2025 12:10 PM से 07.07.2025, 3:10 PM बजे तक) जनपद– नैनीताल, उधमसिंह नगर जिलें में अलग–अलग स्थानों पर यथा–काशीपुर, बाजपुर, सितारगंज, खटीमा तथा इनके आस पास के क्षेत्रों में अलग–अलग स्थानों पर मध्यम से भारी बारिश के साथ बिजली, गर्जन, तीव्र से बहुत तीव्र बारिश होने की सम्भावना है।

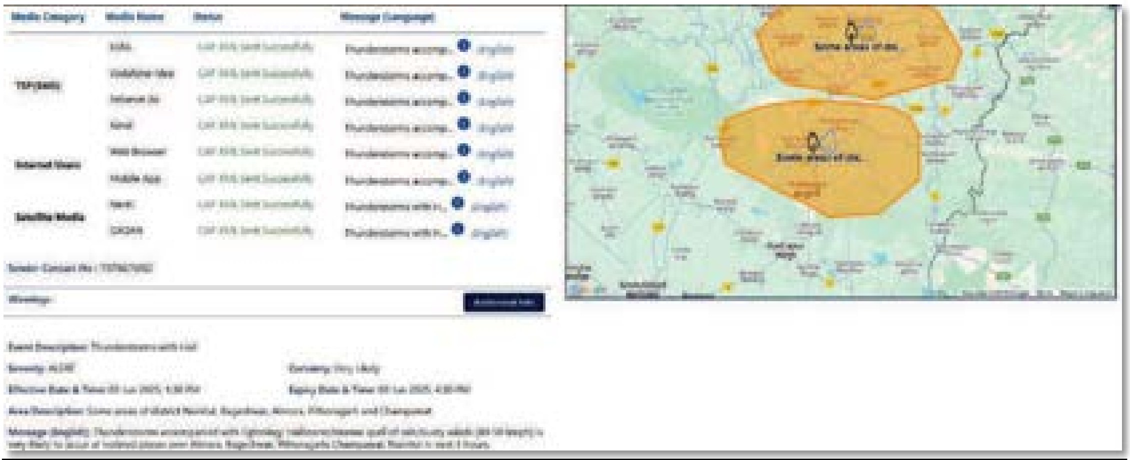
ii- वर्षा के लिये रेड अलर्ट होने पर जारी होने वाले पूर्वानुमान/अलर्ट का प्रारूप–

अगले 3 घंटों में (लाल अलर्ट 13–06–2025, 11:30 **AM** से 02:30 **PM** बजे तक) जनपद– नैनीताल में अलग–अलग स्थानों पर यथा– पांडे गांव, कालाढूंगी रेंज, पंगूट, नैना रेंज, नैनीताल, खुर्पाताल, बेलुआखाल, गेठिया, गौरखाल, भीमताल, सातताल, रानीभाग, अमृतपुर, बसानी, चौसला, देवलचोर, खड़कपुर मे तथा इनके आसपास के अलग–अलग स्थानों पर भारी वर्षा के साथ तूफान आने की संभावना है।

iii. आकाशीय बिजली तथा तूफान के लिये येलो अलर्ट होने पर जारी होने वाले पूर्वानुमान/अलर्ट का प्रारूप–

अगले 3 घंटों में (येल्लो अलर्ट 26/06/2025 12:13 AM से 26/06/2025 02:55 AM बजे तक) जनपद - टिहरी, पौडी, चमोली, रूद्रप्रयाग, उत्तरकाशी, अल्मोडा, पिथौरागढ, जिले में अलग-अलग स्थानों पर यथा – चिन्यालीसौड़, प्रतापनगर, चम्बा, नई टिहरी, गंगनानी, भटवारी, केदारनाथ, सोनप्रयाग, अगस्तमुनि, पीपलकोटी, मनेरी तथा इनके आस पास के क्षेत्रों में अलग-अलग स्थानों पर तूफान / बिजली / तीव्र वर्षा / तेज हवा (30-40) किमी प्रति घंटा चलने की संभावना है।

iv. आकाशीय बिजली तथा तूफान के लिये येलो अलर्ट होने पर जारी होने वाले पूर्वानुमान/अलर्ट का प्रारूप–



अगले 3 घंटों में (ऑरेंज अलर्ट दिनांक 03/06/25 01:30 PM बजे से 03/06/25 04:30 PM बजे तक) जनपद – अल्मोडा, बागेश्वर, पिथौरागढ, चंपावत, नैनीताल में अलग-अलग स्थानों पर यथा – चौबटिया, देवलिहान, कौसानी, बैजनाथ, द्वाराहाट, गंगोलीहाट, भीमताल, भोवालीरेंज, रामगढ, मुक्तेश्वर, तथा इसके आस पास के क्षेत्रों में अलग-अलग स्थानों पर गरज के साथ तूफान / ओलावृष्टि / बारिश / भोवालीरेंज, रामगढ, मुक्तेश्वर, तथा इसके आस पास के क्षेत्रों में अलग-अलग स्थानों पर गरज के साथ तूफान / ओलावृष्टि / बारिश / तेज हवाएं (40-50) किमी प्रति घंटे चलने की संभावना है।

5.2 भारतीय वन सर्वेक्षण, भारत सरकार द्वारा वनाग्नि के सम्बन्ध में पूर्व चेतावनियां सचेत पोर्टल (CAP) के माध्यम से प्रसारित की जाती है, जिसका प्रारूप निम्नवत् है:

i. **पूर्व वनाग्नि चेतावनी (Pre Fire Alert) तथा तूफान के लिये ओरेंज अलर्ट होने पर जारी होने वाले पूर्वानुमान/अलर्ट का प्रारूप–**

अगले 7 दिनों (ऑरेंज अलर्ट 20/03/2025 04:30 PM से 27/03/2025 04:30 PM बजे तक) जनपद - देहरादून, पौड़ी, नैनीताल जिले में अलग-अलग स्थानों पर यथा - जिम कॉर्बेट, कोटद्वार, ऋषिकेश, डोईवाला, रामनगर तथा इसके आस पास के क्षेत्रों में अलग-अलग स्थानों वन क्षेत्र में आग लगने का अत्यधिक खतरा उत्पन्न होने की संभावना है।

ii. **पूर्व वनाग्नि चेतावनी (Pre Fire Alert) तथा तूफान के लिये रेड अलर्ट होने पर जारी होने वाले पूर्वानुमान / अलर्ट का प्रारूप–**

अगले 7 दिनों (लाल अलर्ट 20/03/2025 04:30 PM से 27/03/2025 04:30 PM बजे तक) जनपद - पौड़ी जिले में अलग-अलग स्थानों पर यथा - लालढांग, कोटद्वार रेंज, मीठावाली वन विश्राम गृह, देवराना तथा इनके आस पास के अलग-अलग स्थानों के वन क्षेत्र में भीषण वन अग्नि का खतरा उत्पन्न होने की संभावना है।

5.3 रक्षा अनुसंधान एवं विकास संगठन (DGRE), भारत सरकार द्वारा हिमस्खलन के सम्बन्ध में पूर्व चेतावनियां सचेत पोर्टल (CAP) के माध्यम से प्रसारित की जाती है, जिसका प्रारूप निम्नवत् हैः–

i. **हिमस्खलन (Avalanche) तथा तूफान के लिये ओरेंज अलर्ट होने पर जारी होने वाले पूर्वानुमान / अलर्ट का प्रारूप–**

अगले 24 घंटों में (ऑरेंज अलर्ट 28/02/25, 5:30 PM से 01/03/25, 5:30 PM बजे तक) जनपद - पिथौरागढ़, रुद्रप्रयाग, उत्तरकाशी में 2400 मीटर से ऊपर मध्यम खतरे के स्तर का हिमस्खलन होने की संभावना है।

ii. **हिमस्खलन (Avalanche) तथा तूफान के लिये रेड अलर्ट होने पर जारी होने वाले पूर्वानुमान/अलर्ट का प्रारूप–**

अगले 24 घंटों में (ऑरेंज अलर्ट 28/02/25, 5:30 PM से 01/03/25, 5:30 PM बजे तक) जनपद - पिथौरागढ़, रुद्रप्रयाग, उत्तरकाशी में 2400 मीटर से ऊपर मध्यम खतरे के स्तर का हिमस्खलन होने की संभावना है।

6. मौसम विभाग, केन्द्रीय जल आयोग, रक्षा अनुसन्धान एवं विकास संगठन तथा अन्य स्रोतों से मौसम पूर्वानुमान (जैसे वर्षा, भू–स्खलन, नदी जलस्तर में वृद्धि, हिमस्खलन आदि) के बारे में प्राप्त सूचना को राज्य आपातकालीन परिचालन केन्द्र (SEOC) द्वारा जनपदों का नाम तथा जनपद के कुछ क्षेत्रों का नाम लिखकर जनपद आपातकालीन परिचालन केन्द्र (DEOC) को प्रेषित किया जाता है साथ ही ओरेंज अलर्ट तथा रेड अलर्ट के समय आम जनमानस को Geo Targeted SMS तथा सचेत ऐप के माध्यम से प्रसारित करता है।

अतः अनुरोध है कि विभिन्न विभागों में कार्यरत समस्त अधिकारियों/कर्मचारियों से अनिवार्य रूप से सचेत मोबाईल ऐप को डाउनलोड कर उपयोग करने हेतु निर्देशित करने का कष्ट करें तथा विभिन्न स्तरों पर बनाये गये व्हाट्सऐप ग्रुप के माध्यम से तहसील स्तर/विकास खण्ड स्तर/न्याय पंचायत स्तर के अधिकारियों तथा स्थानीय निवासियों को सचेत ऐप डाउनलोड करने हेतु प्रेरित/प्रोत्साहित करते हुए उपरोक्तानुसार SEOC के माध्यम से प्रेषित किये जाने वाले एलर्ट को जनपद/तहसील/विकासखण्ड/ग्राम पंचायत स्तर के अधिकारियों के माध्यम से उनके विभागान्तर्गत/क्षेत्रान्तर्गत आने वाले सभी लोगों के मध्य/स्थानीय निवासियों/ग्रामीणों को प्रेषित करने हेतु समुचित कार्यवाही करायें, ताकि उपरोक्तानुसार जारी होने वाली विभिन्न प्रकार की चेतावनियां समयान्तर्गत सभी सम्बन्धित को प्राप्त हो सके तथा तदनुसार राहत एवं बचाव कार्य हेतु आवश्यक व्यवस्था की जा सकें तथा लोग अपने आपको सुरक्षित रखते हुए अपने परिजनों को सुरक्षित रखने में समुचित योगदान कर सकें।

भवदीय

Digitally signed by
Vinod Kumar Suman
Date: 06-01-2026
18:42:08

(विनोद कुमार सुमन)
सचिव

<u>संख्या एवं दिनांक उपरोक्तानुसारः–</u>

<u>प्रतिलिपिः</u>– निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषितः–

1. समस्त प्रमुख सचिव/विशेष प्रमुख सचिव/सचिव, उत्तराखण्ड शासन।
2. पुलिस महानिदेशक, उत्तराखण्ड।
3. प्रमुख वन संरक्षक (HoFF), उत्तराखण्ड।
4. आयुक्त, गढ़वाल एवं कुमाऊँ मण्डल, उत्तराखण्ड।
5. समस्त पुलिस महानिरीक्षक, गढ़वाल एवं कुमाऊँ मण्डल/संचार/एस.डी.आर.एफ./अग्निशमन एवं आपातकालीन सेवाएं/ट्रैफिक पुलिस उत्तराखण्ड।
6. महानिदेशक एन.सी.सी./आई.टी.बी.पी., उत्तरी सीमा/होम गार्ड एवं नागरिक सुरक्षा, उत्तराखण्ड।
7. समस्त विभागाध्यक्ष/कार्यालयाध्यक्ष, उत्तराखण्ड।
8. पुलिस उप महानिरीक्षक, एस.एस.बी. श्रीनगर, उत्तराखण्ड।
9. उप महानिरीक्षक, केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल, उत्तराखण्ड।
10. निदेशक, भारतीय भू–वैज्ञानिक सर्वेक्षण/वाडिया हिमालय भू–विज्ञान संस्थान/वन अनुसंधान संस्थान/भारतीय वन सर्वेक्षण/भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान/उत्तराखण्ड तकनीकी शिक्षा, उत्तराखण्ड।
11. सेनानायक, 15वीं बटालियन एन.डी.आर.एफ., सहकारी चीनी मिल, गदरपुर ऊधमसिंह नगर, उत्तराखण्ड।
12. महासचिव, इण्डियन रेडक्रॉस सोसाइटी, सहस्त्रधारा रोड़, देहरादून।
13. अपर मुख्य कार्यकारी अधिकारी (प्रशासन/क्रियान्वयन), यू.एस.डी.एम.ए., देहरादून।
14. संयुक्त मुख्य कार्यकारी अधिकारी, यू.एस.डी.एम.ए., देहरादून।
15. डॉ पूजा राणा, मौसम विशेषज्ञ, यू.एस.डी.एम.ए., देहरादून।
16. सम्बन्धित पत्रावली।

(विनोद कुमार सुमन)
सचिव

<u>Contact Us</u>

For any query related to Standard Operating Procedures (SOP) for Flood Managment please contact:

SEOC (State Emergency Operation Center).
Uttarakhand State Disaster Management Authority
Government of Uttarakhand,
USDMA Bhawan,
36, IT Park, Sahastradhara Road
Dehradun – 248001
Tel. 0135-2710334. Toll free No. – 1070

Dr. Pooja Rana
Meteorology Expert, USDMA
Contact- 7600673987
Emial-metuksdma@gmail.com/ puji1888@gmail.com

For Detailed information:
Please refer to the Uttarakhand State Disaster Management Authority, Govt. of Uttarakhand.

पुष्कर सिंह धामी
मा0 मुख्यमंत्री, उत्तराखण्ड
भूकंप आने पर बचाव हेतु उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबंधन प्राधिकरण और आईआईटी रुड़की द्वारा बनाए गए "BhuDev" ऐप को आज ही अपने मोबाइल फोन में डाउनलोड करें।
नरेन्द्र मोदी
मा0 प्रधानमंत्री
भूकंप से सुरक्षा
करेगा
BhuDev ऐप
15-30 सेकेंड पहले आपको मिल जाएगा भूकंप का एलर्ट।*
यह एप एंड्रायड और आईओएस दोनों पर उपलब्ध है।
प्ले स्टोर और एप स्टोर में "BhuDev" सर्च कर अपने फोन में इंस्टॉल करें।
Welcome स्क्रीन में Get Started पर क्लिक करें।
अपना फोन नंबर इंटर करें।
नियम और शर्तों से सहमत पर क्लिक करें।
अपने परिवार के सदस्य या परिचित का इमरजेंसी कांटेक्ट नंबर डालें।
अब आपकी सुरक्षा आपके हाथ में है।
BhuDev
* रिक्टर स्केल में पांच से अधिक तीव्रता का भूकंप आने पर।
भूकंप से सुरक्षा के लिए जागरूक रहें, सतर्क रहें
आपदा सुरक्षित उत्तराखण्ड के निर्माण में सहभागी बनें।
आपदा प्रबंधन विभाग, उत्तराखण्ड सरकार द्वारा जनहित में जारी।
राज्य आपातकालीन परिचालन केंद्र- 0135-2710334, 1070 (Toll Free), जिला आपातकालीन परिचालन केंद्र- 1077 (Toll Free)

प्राकृतिक आपदा के खतरों के प्रति पहले से सतर्क रहें
पुष्कर सिंह धामी
नरेन्द्र मोदी
प्रधानमंत्री
आज ही 'सचेत' ऐप डाउनलोड करें और अपने आसपास की हर आपदा की खबर तुरंत अपने मोबाइल पर पाएं
माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी की अध्यक्षता में राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण (एनडीएमए) द्वारा 'सचेत' ऐप लॉन्च किया गया है। प्राकृतिक आपदाओं से सतर्क रहने के लिए 'सचेत' ऐप बेहद प्रभावी है। राज्यवासी अपने मोबाइल फोन पर इसे डाउनलोड कर, आपदा के खतरों के प्रति हमेशा सतर्क रह सकते हैं। यह प्राकृतिक आपदा में फंसने से बचा सकता है और लगातार मौसम विभाग के अपडेट प्रदान करता है। ऐप की जानकारी विभिन्न क्षेत्रीय भाषाओं में उपलब्ध होने के कारण, राज्यवासी पहले से सतर्क रहते हुए सुरक्षित कदम उठा सकते हैं।
- पुष्कर सिंह धामी
मुख्य विशेषताएं
• रियल-टाइम अलर्ट: अपने आसपास की हर संभावित आपदा की खबर सीधे अपने मोबाइल पर पाएं
• सुरक्षा उपाय (सेफ्टी टिप्स): आपात स्थिति से निपटने के लिए सही सलाह से सतर्क रहें
• आपातकालीन सहायता : नजदीकी शेल्टर, अस्पताल और आपातकालीन सेवाओं की जानकारी पाएं
• इंटरएक्टिव मैप: अप-टू-डेट ज्योग्राफिकल डाटा के जरिए आपदा प्रभावित और सुरक्षित क्षेत्रों को जानें
• आपातकालीन संपर्क: आपातकाल में तुरंत स्थानीय अधिकारियों से संपर्क करें और सहायता सेवाएं पाएं
• 'क्या करें और क्या न करें' आपदा जैसी महत्वपूर्ण जानकारी डाउनलोड करें
• सोशल मीडिया पर अपने करीबियों के साथ आपदा अलर्ट शेयर करें
SACHET APP
ऐप डाउनलोड करने के लिए QR कोड स्कैन करें
अधिक जानकारी के लिए www.ndma.gov.in देखें।
Available on the App Store
GET IT ON Google Play
पर उपलब्ध
आपदा प्रबंधन विभाग, उत्तराखण्ड सरकार द्वारा जनहित में जारी।
राज्य आपातकालीन परिचालन केंद्र- 0135-2710334, 1070 (Toll Free), जिला आपातकालीन परिचालन केंद्र- 1077 (Toll Free)

श्री पुष्कर सिंह धामी
माननीय मुख्यमंत्री, उत्तराखण्ड
"आपदाओं से बचाव के लिए समझदारी और तैयारी, दोनों बहुत जरूरी हैं। जागरूक और सतर्क रहकर आपदा सुरक्षित उत्तराखण्ड के निर्माण में सहभागी बनें।"
आकाशीय बिजली से खुद को रखें सुरक्षित
क्या करें जब गिरे आकाशीय बिजली !
जब घर के अन्दर हों
सभी इलेक्ट्रिक उपकरणों के प्लग निकाल दें।
तार वाले फोन का इस्तेमाल न करें।
बच्चों को विद्युत उपकरणों से दूर रखें।
खिड़की और दरवाजों से दूर रहें व बरामदे में खड़े न रहें।
नल से बहते पानी का इस्तेमाल न करें।
बिजली चमकने के दौरान न तो नहाएं और न ही बर्तन धोएं।
जब आपके आसपास बिजली गिरने की संभावना होती है, गर्दन के पीछे के बाल या रोएं खड़े हो जाते हैं।
जब घर से बाहर हों
किसी घर या मकान में आश्रय लें।
टिन या लोहे से बनी संरचनाओं से दूर रहें।
पेड़ के नीचे खड़े न रहें।
यदि आप कार, बस या ट्रेन में सफर कर रहे हैं तो वहीं रहना ज्यादा सुरक्षित है।
बिजली या टेलीफोन के खंभों से दूर रहें।
स्वीमिंग पूल अथवा झील में तैर रहे हैं या नौकायन कर रहे हैं तो तुरंत बाहर आ जाएं।
30-30 का नियम
बिजली देखने के बाद तुरंत सेकेंड गिनना शुरू कर दें। यदि तीस सेकेंड के भीतर गड़गड़ाहट सुनाई दे तो समझ लीजिए बिजली गिरने का खतरा है। ऐसे में तुरंत सुरक्षित स्थान पर आश्रय लें। स्थिति सामान्य होने के आधे घंटे बाद ही बाहर निकलें।
USDMA website usdma.uk.gov.in
Earthquake EWS bhudev.uk
mausamuttarakhand uk.gov.in
facebook.com/ sdma.uttarakhand.?
आपदा प्रबंधन विभाग, उत्तराखण्ड सरकार द्वारा जनहित में जारी।
राज्य आपातकालीन परिचालन केंद्र- 0135-2710334, 1070 (Toll Free), जिला आपातकालीन परिचालन केंद्र- 1077 (Toll Free)

भूस्खलन
से खुद को करें सुरक्षित
भूस्खलन एक खतरनाक प्राकृतिक घटना है, जिससे बचाव के लिए उचित तैयारी और तत्काल प्रतिक्रिया की आवश्यकता होती है। भूस्खलन से पहले, भूस्खलन के दौरान और भूस्खलन के बाद सुरक्षित रहने के लिए आपदा प्रबंधन विभाग, उत्तराखण्ड सरकार के द्वारा जारी सुझावों का पालन करें।
भूस्खलन से पहले
क्या करें
❖ अधिक पौधे लगाएं- पेड़ और वनस्पतियां मिट्टी को एक साथ बांधे रख सकती हैं। इसलिए अधिक से अधिक पौधे लगाएं।
❖ जागरूक और सतर्क रहें- रेडियो सुनें / टीवी देखें और समाचार पत्र पढ़ें। भारी वर्षा और बर्फ पिघलने की घटनाओं के दौरान सावधान रहें, क्योंकि इससे भूस्खलन हो सकता है।
❖ जल निकासी की व्यवस्था बनाए रखें- उचित जल प्रवाह सुनिश्चित करने के लिए नालियों, गटर और पुलियाओं से मलबा साफ करें।
❖ खुद को शिक्षित करें- अपने क्षेत्र में भूस्खलन के जोखिम के बारे में जानें। स्थानीय निकासी योजनाओं और मार्गों को समझें।
❖ आपातकालीन किट तैयार करें- आपातकालीन किट में पानी, भोजन, प्राथमिक चिकित्सा, टॉर्च, बैटरी, दवाइयां और महत्वपूर्ण दस्तावेज जैसी आवश्यक चीजें शामिल करें।
❖ आपातकालीन योजना बनाएं- योजना बनाएं कि भूस्खलन के दौरान कैसे संवाद करेंगे और अलग होने पर कहां पर मिलेंगे।
❖ अपनी जमीन की जांच करवाएं- भवन निर्माण से पहले भूस्खलन विशेषज्ञ से जमीन की जांच करवाएं। अगर जमीन कमजोर या असुरक्षित है, तो वहां निर्माण से बचें या पहले आवश्यक उपाय करें।
❖ विशेषज्ञों की सलाह को सुनें- जहां तक संभव हो बिना उपयुक्त परामर्श के पहाड़ी ढाल के साथ छेड़छाड़ न करें। पत्थर मिट्टी निकालने के लिए उपयुक्त स्थान का चयन विशेषज्ञों को करने दें।
❖ मलबे के ऊपर न चलें- मलबे के ऊपर चलने से बचें। ज्यादा वर्षा में यह कभी भी धंस सकता है।
क्या न करें
❖ खड़ी ढलान पर निर्माण न करें- खड़ी ढलान, जल निकासी पथ, पहाड़ के किनारों के पास या प्राकृतिक कटाव वाली घाटियों के पास निर्माण न करें। खड़ी ढलान पर मलबा, कचरा या भराव सामग्री न रखें।
❖ चेतावनी के संकेतों को नजरअंदाज न करें- दीवारों, सड़कों या जमीन में दरारें और पेड़ों के टूटने जैसी असामान्य आवाजें भूस्खलन का संकेत हो सकती हैं।
❖ पूर्व चेतावनी को गंभीरता से लें- यदि आपको प्रशासन या आपदा प्रबंधन विभाग द्वारा कोई चेतावनी मिलती है, तो उसे गंभीरता से लें और नजरअंदाज न करें।
❖ वनों में आग न लगाएं- वनों को न काटें और ज्यादा घास के लालच में जंगलों में आग लगाने से बचें।
❖ मलबे को ढाल पर न फेंकें- भवन एवं अन्य निर्माण कार्यों के लिए निकाले गए मलबे को ढाल तथा प्राकृतिक जलधाराओं के समीप न फेंकें।
भूस्खलन के दौरान
क्या करें
❖ अफवाहों पर ध्यान न दें, एक साथ रहें- अपने परिवार और साथियों के साथ रहें। अफवाहों पर ध्यान न दें और शांत रहें। घबराएं नहीं। आपातकालीन अलर्ट और चेतावनी को सुनें।
❖ अधिकारियों को सूचित करें- भूस्खलन या मलबे के बहाव के रास्ते से जितनी जल्दी हो सके दूर चले जाएं। निकटतम तहसील / जिला मुख्यालय / आपदा प्रबंधन विभाग के हेल्पलाइन नंबर पर सूचित करें।
❖ तुरंत असुरक्षित जगह को खाली करें- यदि प्रशासन के अधिकारियों द्वारा सलाह दी जाती है तो अपना घर छोड़ दें और ऊंची जगह पर चले जाएं तथा सुरक्षित आश्रय ढूंढें।
क्या न करें
❖ खतरे वाली जगह में न रहें- भूस्खलन की आशंका वाले क्षेत्रों या नदियों और झरनों के पास न रहें। उस जगह पर दुबारा भूस्खलन हो सकता है।
❖ सक्रिय भूस्खलन वाले क्षेत्र को पार न करें- भूस्खलन प्रभावित क्षेत्रों में पैदल चलने या गाड़ी चलाने से बचें। ऐसा करना खतरनाक हो सकता है।
❖ प्रभावित सड़कों से सावधान होकर गुजरें- ऐसी सड़कों का उपयोग न करें जो भूस्खलन से प्रभावित हो सकती हैं। सड़कें अस्थिर हो सकती हैं, गाड़ी चलाते समय बहुत सावधान रहें।
भूस्खलन के बाद
क्या करें
❖ चोट की जांच करें- जिन लोगों को चोट लगी है, उन्हें प्राथमिक उपचार दें और चिकित्सा सहायता लें।
❖ निरीक्षण करें- पानी, गैस और बिजली की लाइन तथा उपकरणों के नुकसान की जांच करें। यदि आवश्यक हो तो इन्हें बंद कर दें। क्षतिग्रस्त बुनियादी ढांचे के बारे में प्रशासन को सूचित करें।
❖ जानकारी रखें- आपातकालीन अपडेट सूचना जारी रखें और स्थानीय अधिकारियों के निर्देशों का पालन करें। भूस्खलन प्रभावित क्षेत्र से दूर रहें।
क्या न करें
❖ क्षतिग्रस्त इमारतों में प्रवेश न करें- ऐसी संरचनाओं में प्रवेश करने से बचें जो क्षतिग्रस्त हो गई हैं।
❖ क्षतिग्रस्त उपकरणों का उपयोग न करें- यदि आपको गैस रिसाव का संदेह है तो बिजली के उपकरणों का उपयोग न करें या माचिस न जलाएं।
❖ भावनात्मक स्वास्थ्य को नजरअंदाज न करें- अगर आपको घटना के बाद तनाव या आघात महसूस होता है, तो चिकित्सकों की सहायता लें।
❖ मलबे को स्वयं न हटाएं- चोट से बचने के लिए मलबा हटाने का काम पेशेवरों पर छोड़ दें।
आपदा प्रबंधन विभाग, उत्तराखण्ड सरकार द्वारा जनहित में जारी।
राज्य आपातकालीन परिचालन केंद्र- 0135-2710334, 1070 (Toll Free), जिला आपातकालीन परिचालन केंद्र- 1077 (Toll Free)

बाढ़ से बचाव

जागरूक रहें, सतर्क रहें

बाढ़ से पहले

- आवश्यक आपातकालीन नंबर रखें: प्रशासन, आपदा कंट्रोल रूम, पुलिस।
- शांत रहें: अफवाहों से बचें, धैर्य से काम लें।
- अपना मोबाइल फ़ोन हमेशा चार्ज रखें।
- अखबार, रेडियो, टीवी से मौसम की अपडेट लेते रहें।
- आपातकालीन किट तैयार रखें: पानी, भोजन, दवाइयां, टार्च।
- सुरक्षित निकासी योजना बनाएं: जरूरी दस्तावेज वाटरप्रूफ बैग में रखें।

बाढ़ के प्रभाव

- जीवन और संपत्ति की हानि, घर, कपड़े, उपकरण, खाद्य सामग्री, दस्तावेज का नुकसान
- खाद्य पदार्थों की कमी और जानवरों की क्षति
- सड़क, रेलमार्ग, दूरभाष आदि अवसंरचनाओं की क्षति
- डेंगू, मलेरिया जैसी जलजनित बीमारियों का खतरा
- फसलों की क्षति

बाढ़ के दौरान

- इनसे दूर रहें: पुलिया, गटर, नाले, सीवर लाइन, बिजली के खंभे।
- बचाव के लिए ऊंचाई पर स्थित सुरक्षित स्थान चुनें।
- बाढ़ के पानी में वाहन न चलाएं।
- साफ पानी का उपयोग करें: बारिश के पानी को उबालकर ही उपयोग में लाएं।
- बच्चों को बाढ़ के पानी में न खेलने दें। यह खतरनाक हो सकता है।
- सड़क के बीच से बहने वाले नाले को पार करने की कोशिश न करें।
- बाढ़ प्रभावित क्षेत्र में नदी तटों से दूर रहें।
- बाढ़ में फंस जाएं तो वाहन को छोड़ ऊंचे तथा सुरक्षित स्थान में शरण लें।
- बाढ़ के पानी में जाने से बचें, यह संक्रमित हो सकता है।
- बिच्छू और सांप जैसे विषैले जंतुओं से सतर्क रहें।

घर खाली करना पड़े तो

महत्वपूर्ण वस्तुएं सुरक्षित रखें
गैस, बिजली-पानी बंद करें।
इमरजेंसी किट साथ रखें।
सुरक्षित मार्ग का उपयोग करें।
प्रशासन के निर्देशों का पालन करें।

आपातकालीन वस्तुएं

वाटरप्रूफ जूते, दस्तावेजों के लिए वाटरप्रूफ बैग
स्थानीय प्रशासन के नंबर
बैटरी वाला रेडियो, मोमबत्ती, माचिस
पानी, खाद्य सामग्री, दवाइयां,
बैटरी वाला टार्च, अतिरिक्त बैटरी

बाढ़ के बाद

- अफवाहों पर ध्यान न दें और न ही अफवाहें फैलाएं।
- उन विद्युत उपकरणों का प्रयोग न करें जो बाढ़ के पानी से भीगे हों।
- यदि कहीं शरण ले रखी है तो वापस तब तक न लौटें जब तक कि आपका घर प्रशासन द्वारा सुरक्षित घोषित न कर दिया गया हो।
- घर वापस लौटने पर विद्युत उपकरणों का उपयोग तब तक न करें जब तक कि उन्हें सुरक्षित घोषित न कर दिया गया हो।
- बाढ़ के मलबे में भ्रमण न करें। कांच या नुकीली व धारदार वस्तुओं से चोट लगने का खतरा हो सकता है।
- स्वास्थ्य संबंधी कोई भी समस्या उत्पन्न होने पर चिकित्सकीय उपचार लें।
- आस-पास के वातावरण को साफ और स्वच्छ रखें।
- सोने के लिए मच्छरदानी का प्रयोग करें। जमा हुए पानी में मच्छर पनप सकते हैं।
- मानसिक तनाव महसूस हो तो डाक्टर की मदद लें।
- घर की साफ-सफाई अथवा घर के बाहर सफाई करते समय सुरक्षा का ख्याल रखें और सुरक्षात्मक दस्तानों, मास्क आदि का प्रयोग करें।
- बाढ़ के बाद कई जलजनित बीमारियों का खतरा रहता है। सचेत रहें।

आपदा प्रबंधन विभाग, उत्तराखण्ड सरकार द्वारा जनहित में जारी।

राज्य आपातकालीन परिचालन केंद्र- 0135-2710334, 1070 (Toll Free), जिला आपातकालीन परिचालन केंद्र- 1077 (Toll Free)

चारधाम यात्रा
तैयारी के साथ आएं, यात्रा के दौरान बरतें सावधानी
क्या करें
यात्रा के दौरान
क्या न करें
अपना तथा अपने वाहन का पंजीकरण अवश्य करवाएं।
मौसम के पूर्वानुमान और एडवाइजरी का पालन करें।
जरूरी दवाएं साथ रखें और हल्का सामान लेकर आयें ।
रुकते समय हल्का व्यायाम करें और ताजा हल्का भोजन करें।
यात्रा के दौरान बीच-बीच में वाहन रोककर आराम करें।
जंक फूड, अतिरिक्त सामान, और नशीले पदार्थों के सेवन से बचें।
शराब पीकर वाहन न चलाएं।
पॉलीथिन का उपयोग न करें और यात्रा मार्ग में गन्दगी न फैलाएं।
रात में यात्रा न करें और खाली पेट यात्रा करने से बचें।
यदि अत्यधिक बारिश हो रही हो तो यात्रा ना करें।
चारधाम यात्रा को लेकर बरतें सावधानी
सिर को मंकी कैप या ऊनी कपड़े से ढकें।
पानी और तरल पदार्थ लगातार पिएं।
पका हुआ ताजा खाना खाएं।
धीमी गति से ट्रैकिंग करें और प्रतिस्पर्धा से बचें।
ट्रैकिंग की गति एकसमान बनाए रखें।
मीठी कैंडी रखें और पानी में इलेक्ट्रोल या ग्लूकॉन डी डालें।
हमेशा पहाड़ की ओर चलें, खाई की तरफ चलने से बचें।
घोड़े/खच्चर के आने पर सुरक्षित जगह पर खड़े हो जाएं।
यात्रा के लिए जरूरी सामान
रेनकोट
सनग्लासेस
पानी की बोतल
स्वेटर
मास्क
ग्लूकोज बिस्कुट
लाठी
छाता
कोल्ड क्रीम
टार्च
मंकी कैप
पहचान पत्र
मफलर
कैनवास जूते
कैश
दस्ताने
मोज़े
सैनिटाइज़र
स्वास्थ्य का रखें खास ख्याल
यात्रा आरंभ करने से पहले निकटतम स्वास्थ्य केंद्र में अपनी जांच कराएं।
यदि चलते-चलते पसीना आए तो एकदम कपड़े कम न करें। ठंडी हवाएं नुकसान पहुंचा सकती हैं।
जिन्हें हृदय संबंधी दिक्कतें हैं तथा हाइपरटेंशन है, वे अतिरिक्त सावधान रहें।
रास्ते में कहीं लगे कि आपकी तबीयत ठीक नहीं है तो आगे यात्रा न करें।
ऐसी स्थिति में नीचे उतर आएं और तुरंत नजदीकी चिकित्सा केंद्र से संपर्क कर स्वास्थ्य जांच कराएं।
जरुरी दवाइयां तथा फर्स्ट ऐड किट साथ रखें, अपनी मेडिकल हिस्ट्री सम्बन्धी रिपोर्ट साथ लेकर चलें।
इन लक्षणों को नजरअंदाज न करें
सीने में दर्द, साँस फूलना, चक्कर आना, भ्रम की स्थिति, उल्टी आना, होंठ, नाक, उँगलियों का नीला पड़ना
आपदा प्रबंधन विभाग, उत्तराखण्ड सरकार द्वारा जनहित में जारी।
राज्य आपातकालीन परिचालन केंद्र- 0135-2710334, 1070 (Toll Free), जिला आपातकालीन परिचालन केंद्र- 1077 (Toll Free)

शीतलहर
से सुरक्षा
जागरूक और सतर्क रहकर शीतलहर को मात दें।
पुष्कर सिंह धामी
मुख्यमंत्री, उत्तराखण्ड
जागरूक रहें
सतर्क रहें
आपदा सुरक्षित उत्तराखंड के निर्माण में सहभागी बनें
गर्म कपड़े पहनें
शरीर को पूरी तरह ढकने वाले गर्म कपड़े पहनें
स्वेटर
जैकेट
मफ़लर
मिटन्स/दस्तानें
मोज़े
कपड़ों की कई परतें ज्यादा उपयोगी होती हैं।
भारी कपड़ों की एक परत के बजाय ढीले-ढाले, हल्के, हवारोधी गर्म ऊनी कपड़ों की कई परतें पहनें।
दस्तानों की जगह मिटन्स को प्राथमिकता दें।
सूखें रहें। अगर गीले हैं तो शरीर की गर्मी को कम होने से बचाने के लिए जल्द से जल्द कपड़े बदलें।
सेहत का रखें ख्याल
रोग प्रतिरोधक क्षमता बनाए रखने के लिए विटामिन सी युक्त फल और सब्जियां खाएं।
नियमित रूप से गर्म पेय पदार्थ पीते रहें, इससे शरीर के अंदर गर्मी बनी रहेगी।
अपनी त्वचा को नियमित रूप से ऑयल या क्रीम से मॉइस्चराइज़ करें।
ताज़ा पका हुआ गर्म और पोषक भोजन खाएं और हाइड्रेट रहने के लिए गुनगुना पानी पीते रहें।
व्यायाम करें
सुबह धूप सेकें
मालिश करें
योग करें
आपदा प्रबंधन विभाग, उत्तराखण्ड सरकार द्वारा जनहित में जारी।
राज्य आपातकालीन परिचालन केंद्र- 0135-2710334, 1070 (Toll Free), जिला आपातकालीन परिचालन केंद्र- 1077 (Toll Free)

आपदा सुरक्षित उत्तराखण्ड के निर्माण में सहभागी बनें
अपने फोन में आज ही डाउनलोड करें BhuDev एवं Sachet App

BhuDev App

Android iOS

Sachet App

Android iOS

नियमित अपडेट्स के लिए हमें फॉलो करें

usdmauk.gov.in UttarakhandUsdma

@usdma-uk @usdma5 @USDMAUk

USDMA

आपदा सुरक्षित उत्तराखण्ड

उत्तराखण्ड राज्य आपदा प्रबन्धन प्राधिकरण

36, आई.टी. पार्क, सहस्त्रधारा रोड, देहरादून