नवाचार

लखनऊ मण्डल, पूर्वोत्तर रेलवे

वर्ष : प्रथम | अंक : 2 | लखनऊ | दिसम्बर- 22 | पाक्षिक न्यूजलेटर

संरक्षा सन्देश

रेल सचालन में सरक्षित परिचालन सर्वोच्च प्राथमिकता पाता है। विशेष रूप से सर्दियों के मौसम में जब घने कोहरे की वजह से दृष्यता बाधित होती है, और अत्यधिक ध्यान देने की आवश्यकता है। कोहरे के मौसम में गाड़ियों के संरक्षित परिचालन हेतु विभिन्न उपाए किये जाते है जिससे न केवल परिचालन निर्बाध रहे बल्कि संरक्षित भी रहे। इसलिए प्रत्येक रेल कर्मचारी को ध्यान देने तथा सजग रहने की आवश्यकता है।

- लोको पायलटों को कोहरे के दौरान अपनी गाड़ी की गति समुचित रूप से सजगता पूर्वक नियंत्रित रखनी चाहिए जिससे आपातकालीन परिस्थिति में समय रहते गाड़ी की गति को नियंत्रित किया जा सके।
- सभी इंजनों में फाग सेफ डिवाइस उपलब्ध हो तथा कार्यशील अवस्था में हो। ऐसे फाग सेफ डिवाइस जो अन्य मंडलों एवं रेलों पर भी जाते हैं उनकी मैपिंग उन मंडलों/रेलों के अनुसार भी होने चाहिए।
- नामित खण्डों में शीतकालीन पेट्रोलिंग अनिवार्य रूप से की जाये।
- सिगनलों व समपारों के बैरियर पर चमकदार "रेट्रोरिफलेक्टिव" पट्टियां लगाई जानी चाहिए।
- सामान्यतः गाडियों के अंतिम डिब्बे के पीछे फ्लैशिंग टेल लाईट वाले टेल लैम्प रात्रिकाल में प्रदर्शित किये जाते हैं परंतु कोहरे के समय रेल दृश्यता बाधित हो तो दिन में भी ऐसे टेल लैम्प प्रदर्शित किये जाने चाहिए।
- स्टेशनों, समपारों तथा पेट्रोलमैन के पास उपलब्ध पटाखे पर्याप्त मात्रा में हो तथा पटाखे की उपयोगिता तिथि के अंदर हो। उपयोगिता तिथि समाप्त होने वाले पटाखों को नये पटाखों से समय रहते बदल देना चाहिए।
- स्टेशनों पर लगे विजिबिलिटी टेस्ट आबजेक्ट की उपलब्धता तथा दृश्यता सुनिश्चित की जाये।
- संरक्षा का सबसे महत्वपूर्ण अंग मानव शक्ति है और एक सजग रेल कर्मचारी अपनी सूझबूझ तथा त्वरित प्रयासों से किसी भी होने वाली दुर्घटना को टाल सकता है। अतः अपनी ड्यूटी के समय पूर्ण सतर्कता तथा सजगता बरतना आवश्यक है।
- रेलवे यात्री हमारे विश्वास पर ही गाड़ियों में यात्रा करते हैं और हमारा यह कर्तव्य है कि उन्हें संरक्षित रूप से उनके गंतव्य तक पहुंचायें। इसलिए हम सब को मिलकर एकाग्रचित रूप से काम करने की आवश्यकता है, जिससे भारतीय रेल के प्रति यात्रियों का विश्वास प्रबल हो तथा अक्षुण्ण बना रहे।

श्री संजय यादव
अपर मण्डल रेल प्रबंधक / इंफ्रा

नवगठित DRUCC की पहली बैठक का आयोजन

मण्डल रेल प्रबन्धक श्री आदित्य कुमार की अध्यक्षता में दिनांक 7 दिसम्बर को मण्डल रेल प्रबन्धक कार्यालय में नवगठित "मण्डल रेल उपयोगकर्ता परामर्शदात्री समिति" की पहली बैठक आयोजित की गई। उपरोक्त बैठक में मण्डल के सेवित क्षेत्रों के माननीय सांसदों के प्रतिनिधियों, महाप्रबन्धक (विशेष हित), रेल मंत्रालय (विशेष हित), चेम्बर आफ कामर्स एंड इंडस्ट्रीज, ग्रामीण उपभोक्ता संघ, हैन्डीकेप्ड इण्डियन एसोसिएशन आफ पर्सन डिसबिलिटीज, भारतीय राष्ट्रीय उपभोक्ता संघ एवं पब्लिक सेक्टर, रोटरी क्लब एवं सारथी जन कल्याण न्यास संस्था के प्रतिनिधिगणों ने भाग लिया।

मण्डल रेल प्रबन्धक श्री आदित्य कुमार ने कहा कि लखनऊ मण्डल निरन्तर प्रगति के पथ पर अग्रसर है। इस बैठक में आपके माध्यम से प्राप्त सुझावों से मण्डल में यात्री सुविधाओं के विस्तार के लक्ष्य को हम सुगमता से प्राप्त करेंगें। इससे पूर्व वरिष्ठ मण्डल वाणिज्य प्रबन्धक श्री अम्बर प्रताप सिंह ने कहा कि "मण्डल रेल उपयोगकर्ता परामर्शदात्री समिति" के सदस्यों के द्वारा मण्डल के स्टेशनों पर यात्री सुविधाओं, ट्रेनों परिचालन तथा यात्री एवं रेल हित संबंधी नवीन सुझाव प्राप्त होते है।

बैठक में मण्डल रेल प्रबन्धक श्री आदित्य कुमार ने सभी सदस्यों के सुझावों को सुना एवं उनके निष्पादन का आश्वासन दिया। उन्होंने सभी सदस्यों को बैठक में उपस्थित होने के लिये धन्यवाद देते हुए कहा कि आशा करता हूँ कि आप अपने बहुमूल्य सुझावों से हमें अवगत कराते रहेंगे तथा रेल उपयोगकर्ताओं की समस्याओं के निवारण में अपना पूर्ण सहयोग देते रहेंगें।

मण्डल में मनाया गया महापरिनिर्वाण दिवस

"बोधिसत्व" भारत रत्न डा० भीमराव अम्बेडकर के महापरिनिर्वाण दिवस पर मण्डल रेल प्रबन्धक कार्यालय के 'बहुउद्देशीय हाल' में आयोजित एक समारोह में मण्डल रेल प्रबन्धक श्री आदित्य कुमार एवं अपर मण्डल रेल प्रबंधक/(परि०) श्री शिशिर सोमवंशी, अपर मण्डल रेल प्रबंधक/(इंफ्रा०) श्री संजय यादव, मुख्य परियोजना प्रबन्धक/ गतिशक्ति श्री राघवेन्द्र कुमार एवं शाखाधिकारियों तथा एस.सी/एस.टी. व ओ.बी.सी एसोसिएशन के प्रतिनिधियों ने बाबा साहब के चित्र पर माल्यार्पण कर उन्हें भावभीनी श्रद्धांजलि दी।

मण्डल रेल प्रबन्धक ने अपने सम्बोधन में कहा कि बाबा साहब का जीवन हम सभी के लिए आदर्श है। हम उन्हें संविधान निर्माता के रूप में जानते हैं तथा बाबा साहब को सच्ची श्रद्धांजलि यही होगी कि हम लोग बाबा साहब के अद्भुत ज्ञान, अदम्य साहस एवं संघर्ष शीलता जैसे गुणों को सदैव अपने जीवन में आत्मसात करें। बाबा साहब के विचार सदैव जीवित रहेगें। उन्होने आगे कहा कि दलितों, पिछड़ों एवं महिलाओं के उत्थान के लिए बाबा साहब ने बहुत संघर्ष किया। समाज में समता लाने के लिए मनुष्य के समक्ष छुआछूत की भावना, भेदभावपूर्ण व्यवहार न किया जायें तथा कमजोर वर्गो को समाज में ऊपर उठाने का प्रयास किया जाना चाहिए। इस अवसर पर एस.सी/एस.टी. व ओ.बी.सी एसोसिएशन के प्रतिनिधियों ने बाबा साहब के व्यक्तित्व, कृतित्व तथा दलित समाज के उत्थान हेतु उनके सघर्षो पर विस्तृत प्रकाश डाला।

हृदय रोग एवं बचाव

भारत वर्ष में बढ़ती हृदयरोग एवं उच्च रक्त चाप के मरीज़ों की संख्या जिसके कई विभिन्न कारण है जैसे उच्च रक्त चाप, खान-पान में लापरवाही, शरीर के रक्त में अत्याधिक वसा का जमाव, तनाव, धूम्रपान, मधुमेह शामिल है।

भारतीय रेल में भी सामान्य भारतीयों की ही तुलना में हृदय रोग और उच्च रक्तचाप कर्मचारी उसी अनुपात में व्याप्त है। अतः यह हम सबकी जिम्मेदारी बनती है कि खासकर ठंड के मौसम में हम ऐसी सावधानी बरतें जिससे यह बीमारी आगे न बढ़ सके। शरीर की रक्त नलिकाएं रक्त के साथ ऑक्सीजन एवं अन्य पोषक तत्व सभी अंगों में प्रवाहित करती हैं तथा ठण्ड के मौसम में सिकुड़ने लगती है, जिससे न केवल उच्चरक्त चाप बढ़ता है, बल्कि शरीर के महत्वपूर्ण अंगों में रक्त का प्रवाह भी कम हो जाता है, जिसके कारण हृदय या मस्तिष्क को उचित ऑक्सीजन एवं पोषक तत्व नहीं मिल पाता, यह हृदयघात या पक्षाघात का महत्वपूर्ण कारण है।

बचाव के उपाय -

- उच्च रक्त चाप के रोगियों को सलाह दी जाती है कि जरूरत पड़ने पर ही ठंड के मौसम में घर से बाहर निकालें। घर से बाहर निकलते समय गरम कपड़े अवश्य पहनें।
- सामान्यतः सुबह का मॉर्निंग वॉक स्थगित रखें।
- घर के अन्दर ही व्यायाम करें, परन्तु जरूरत से ज्यादा जिम या कसरत न करें, जिससे की आपको परेशानियों का सामना करना पड़े।
- उच्च रक्त चाप या अन्य रोग से सम्बन्धित मरीज समय से दवाएँ लें एवं एक निश्चित समय अन्तराल पर चिकित्सक से सलाह लेते रहें।
- अचानक सांस फूलने, अत्याधिक थकान, बहुत ज्यादा कमज़ोरी महसूस होने, अत्याधिक पसीना आने अथवा सीने मे दर्द होने पर तुरंत चिकित्सक से सम्पर्क करें।
- उचित समय पर अपनी परेशानियों को समझकर चिकित्सक से ईलाज करायें, ताकि हृदयघात या अन्य रोगों से बचा जा सके।

डॉ० अमरेंद्र कुमार
Chief Medical Superintendent and Chief Physician, N.E. Railway Badshahnagar Divisional Hospital, Lucknow

कर्मचारी कल्याण - 'सुगम'

- सुगम पोर्टल वर्ष 2022 के माह जुलाई में सभी कार्यरत कर्मचारियों की परिवेदना हेतु बनाया गया है।
- इस पोर्टल पर रेल कर्मचारी अपनी परिवेदना व्हाट्सप्प, ई-मेल के माध्यम से अथवा स्वयं उपस्थित होकर मण्डल कार्यालय के आई०टी० विभाग में एंट्री करा सकते हैं।
- कर्मचारी की परिवेदना दर्ज होने के पश्चात 'आटो-जनरेटेड' परिवाद आई०टी० कर्मचारी को (व्हाट्सप्प, ई-मेल) के माध्यम से प्राप्त की जाती है।
- आटो जनरेटेड परिवाद तथा कर्मचारी द्वारा दिये गये पत्रों के साथ सम्बन्धित विभाग को ई-आफिस के माध्यम से परिवाद निस्तारण हेतु भेज दी जाती हैं।
- सम्बन्धित विभाग द्वारा कर्मचारी के परिवाद को 07-15 दिनों के अन्दर निस्तारित कर कर्मचारी को सूचित कर दिया जाता हैं।
- निम्न व्हाट्सप्प न० एवं ईमेल के माध्यम से कर्मचारी अपना परिवाद दर्ज करा सकते हैं। **9794842099**
sugamljn@gmail.com

मण्डल के दर्शनीय स्थल

गोरखनाथ मन्दिर

गोरखनाथ मंदिर उत्तर प्रदेश राज्य के गोरखपुर जिले में स्थित है। बाबा गोरखनाथ के नाम पर ही गोरखपुर शहर का नाम रखा गया है। हर वर्ष गोरखनाथ मंदिर में मकर संक्रांति के अवसर पर विशाल मेले का आयोजन किया जाता है जिसे 'खिचड़ी मेला' के नाम से जाना जाता है। गोरखनाथ मंदिर, नाथ परंपरा में नाथ मठ समूह का एक मंदिर है। इस गोरखनाथ मंदिर का नाम मध्ययुगीन संत गोरक्षनाथ से निकला है, जोकि एक प्रसिद्ध योगी थे। गोरखनाथ मंदिर उसी स्थान पर स्थित है जहाँ पर गुरु गोरक्षनाथ बाबा तपस्या करते थे।

गोरक्षनाथ बाबा को श्रद्धांजलि देते हुए गोरखनाथ मंदिर की स्थापना की गई और इस मंदिर की हिन्दू धर्म में बहुत मान्यता है।

मान्यता है कि मंदिर में गोरखनाथ जी द्वारा जलायी अखण्ड ज्योति आज तक अनेक झंझावातों के बावजूद अखण्ड रूप से जलती आ रही है। यह ज्योति आध्यात्मिक ज्ञान, अखण्डता और एकात्मता का प्रतीक है। यह गोरखनाथ मंदिर परिसर में विशेष प्रेरणास्रोत का काम करती है। यह विश्व प्रसिद्ध मंदिर गोरखपुर जं. स्टेशन से 4 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है।

विगत माह में वाणिज्य विभाग द्वारा चलाये गए जांच अभियान के दौरान रेलवे परिसर में गन्दगी फैलाने वालों / बिना टिकट / अनियमित यात्रा तथा अनबुक्ड लगेज के 86443 केसों के अंतर्गत कुल छह करोड़ इकसठ लाख चवालीस हज़ार छह सौ अस्सी रूपए का जुर्माना वसूल किया गया।

दिनांक 01 दिसंबर को मण्डल के विभिन्न चिकित्सालयों एवं हेल्थ यूनिटो में 'एड्स जागरूकता' कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

- बस्ती स्टेशन पर ट्रेन स० 15273 में चढ़ने के प्रयास में दुर्घटनावश ट्रेन के नीचे आ जाने पर सुरक्षा बल सदस्य द्वारा तत्परता दिखाते हुए ट्रेन रुकवा कर, यात्री को सकुशल निकाला गया
- ट्रेन स० 04654 में यात्रा कर रही एक गर्भवती महिला यात्री को प्रसव पीड़ा होने पर बस्ती स्टेशन पर ट्रेन से उतर कर महिला कांस्टेबल महिमा यादव एवं शांति यादव द्वारा 108 एम्बुलेंस के माध्यम से चिकित्सालय में भर्ती कराया गया।
- विगत माह में मंडल के विभिन्न स्टेशन एवं ट्रेनों में लावारिस हालत में पाए गए 18 नाबालिग लड़कियों व 14 नाबालिग लड़को को रेस्क्यू किया गया।
- रेल मदद 139 तथा आरपीएफ पोस्ट पर यात्रियों के छूटे सामानों की सूचना प्राप्त होने पर चेकिंग इत्यादि के दौरान कुल 27 मामलों में बैग, गहने, मोबाइल, लैपटॉप इत्यादि की बरामदगी एवं सुपुर्दगी की गई।

अदब- आदाब

दिल में लाखों रंज-ओ-ग़म ज़िंदा रहे...
ज़िंदगी से थोड़ा कम ज़िन्दा रहे !!
दुश्मनी तो ख़त्म कब की हो गई...
दोस्ती के पेचो ख़म ज़िंदा रहे !!
रेत पर चलना मुसलसल आ गया...
धूप ज़िंदा थी क़दम ज़िंदा रहे !!
शर्म आती है हमें यह सोच कर...
कि तुम्हारे बाद हम ज़िंदा रहे !!
मैंने मांगी है दुआ बस एक ही....
मर भी जाऊं तो क़लम ज़िंदा रहे !!

ज़िंदगी से थोड़ा कम ज़िंदा रहे ..

श्री मनोज कुमार
वरिष्ठ मण्डल कार्मिक अधिकारी

प्रतिभा

श्री बरमेश्वर राम वरून

मण्डल के वाणिज्य विभाग में ट्रेन टिकट निरीक्षक के पद पर कार्यरत एवं मण्डल क्रीड़ा सचिव श्री बरमेश्वर राम वरून, राष्ट्रीय स्तर के एथलीट तथा अंतरराष्ट्रीय एथलेटिक्स टेक्निकल ऑफिशियल हैं।

महत्वपूर्ण उपलब्धियां :
खिलाड़ी के तौर पर जूनियर एथलेटिक्स नेशनल चैंपियनशिप 1987 में (100 एवं 200 मीटर दौड़) में ब्रांज़ मेडल जीता।

अंतरराष्ट्रीय एथलेटिक्स चैम्पियनशिप मे भारतीय टीम के मैनेजर एवं कोच का दायित्व

- वर्ष 2015 - ब्रुनेई
- वर्ष 2018 - दक्षिण कोरिया
- वर्ष 2018 - मलेशिया

टेक्निकल ऑफिशियल का दायित्व

- वर्ष 2013 में पूना महाराष्ट्र में आयोजित एशियन एथलेटिक्स चैम्पियनशिप
- वर्ष 2013 में रांची में आयोजित दक्षिण एशियन जूनियर एथलेटिक्स चैम्पियनशिप
- वर्ष 2014 में गोवा में आयोजित तीसरा लूसोफोनिया एथलेटिक्स गेम्स
- वर्ष 2016 में गुवाहाटी में आयोजित साउथ एशियन एथलेटिक्स गेम्स
- वर्ष 2017 में भुवनेश्वर में आयोजित एशियन एथलेटिक्स चैम्पियनशिप

KNOW YOUR STATION

गोरखपुर जंक्शन

गोरखपुर स्टेशन पर उपलब्ध यात्री सुविधाएं

- कुल प्लेटफार्म-10
- यात्री आरक्षण प्रणाली केन्द्र (पी.आर.एस.)
- फुट ओवर ब्रिज- 03
- बुकिंग विण्डो -21
- पूछताछ कार्यालय एवं जन उद्घोषणा केन्द्र
- प्रतीक्षालय- प्लेटफार्म स. 01, 02 तथा 09 पर उपलब्ध।
- बैंक एटीएम-03
- रिटायरिंग रूम-03
- पुरूष डारॅमेट्री-25 बेड (आईआरसीटीसी द्वारा संचालित)
- महिला डारॅमेट्री-06 बेड (आईआरसीटीसी द्वारा संचालित)
- सीसीटीवी कैमरा-67
- लिफ्ट- 08
- एस्केलेटर-02
- क्लॉक रूम-01
- जन आहार-01
- फास्ट फूड यूनिट-03
- खानपान स्टाल-56
- बुक स्टाल-04
- ट्रेन कोच गाइडेंस सिस्टम-सभी प्लेटफार्मों पर।
- 'पे एण्ड यूज टायलेट'-06
- प्रीपेड टैक्सी सर्विस-02
- स्ट्रेचर -03
- व्हील चेयर-05
- पार्सल लगेज स्कैनर-01
- लगेज स्कैनर मशीन-03
- मोटर साइकिल/साइकिल पैकिंग काउंटर -01
- हेल्प बूथ-02
- चाइल्ड हेल्प बूथ-01
- 'वन स्टेशन वन प्रोडेक्ट स्टाल'-02
- ऑटोमेटिक टिकट वेंडिंग मशीन (ATVM) उपलब्ध है।
- पैसेंजर आपरेटेड इंक्वायरी टर्मिनल (POET)-07
- बेबी फीडिंग कॉर्नर - 01

ट्रेन संचालन

- गोरखपुर स्टेशन से प्रतिदिन 20 जोड़ी मेल/एक्सप्रेस बनकर चलती है।
- गोरखपुर स्टेशन से प्रतिदिन 12 जोड़ी सवारी गाड़ी बनकर चलती है।
- गोरखपुर स्टेशन से प्रतिदिन 53 जोड़ी मेल/एक्सप्रेस/सवारी पास होती है।

संरक्षक: श्री आदित्य कुमार, मण्डल रेल प्रबंधक
प्रधान संपादक: श्री शिशिर सोमवंशी, अपर मण्डल रेल प्रबंधक/ परिचालन
मार्गदर्शन : श्री संजय यादव, अपर मण्डल रेल प्रबंधक/ इंफ्रा एवं श्री राघवेन्द्र कुमार, मुख्य परियोजना प्रबंधक/गतिशक्ति
संपादक: श्री महेश गुप्ता, जनसंपर्क अधिकारी
संयोजन एवं प्रस्तुति: पी०आर०टीम- सफदर हुसैन , अजय प्रकाश बाजपेई , श्रवण कुमार , धर्मेंद्र कुमार , के०सी०दुबे, लाल चंद्र