

# जल संरक्षण जागरुकता

प्रशिक्षकों के लिए प्रशिक्षण मैनुअल



आपो हिष्टा भयोभुवः

राष्ट्रीय जल विज्ञान संस्थान  
रुड़की

# जल संरक्षण जागरूकता

## प्रशिक्षकों के लिए प्रशिक्षण मैनुअल

### संपादकीय टीम :

डॉ. वी सी गोयल

इंजी. ओमकार सिंह

डॉ. रमा मेहता

इंजी. दीपा चालीसगांवकर

### संकलन :

सोनाक्षी हुड्डा, फ्रीलांसर

### प्रकाशक :

राष्ट्रीय जलविज्ञान संस्थान (जल संसाधन, नदी विकास और गंगा संरक्षण मंत्रालय, भारत सरकार)

रुड़की- 247667

उत्तराखंड, भारत

फोन – 0091-1332-272106,

फैक्स – 0091-1332-272123

ईमेल – [vcg@nih.ernet.in](mailto:vcg@nih.ernet.in)

वेबसाइट – [www.nihroorkee.gov.in](http://www.nihroorkee.gov.in)

## विषय सूची

परिचय

मैनुअल के बारे में

लक्षित समूह

प्रशिक्षण का उद्देश्य

अपेक्षित परिणाम

इस मैनुअल का उपयोग कैसे करें?

### मॉड्यूल 1— पर्यावरण में जल

- जल और इसका महत्त्व
- जलवायु और जल
- जल के स्रोत
- जलविज्ञानीय चक्र (जलचक्र)

### मॉड्यूल 2 — कितना जल

- भारत की नदी घाटियां
- जल की कमी
- जल की उपलब्धता
- जल का उपयोग और मांग

### मॉड्यूल 3— चरम घटनाएं और आपदाएं

- जल संबंधित चरम घटनाएं और आपदाएं
- भारत में आपदा प्रवृत्त क्षेत्र
- आपदाओं का शमन/न्यूनीकरण
- जल के द्वारा मिट्टी का कटाव

### मॉड्यूल 4 — जल प्रदूषण

- जल प्रदूषण और मानव स्वास्थ्य
- भारत में जल गुणवत्ता के मुद्दे
- प्रदूषण के स्रोत
- अपशिष्ट जल — उपचार और पुनः प्रयोग
- शुद्धीकरण : घरेलू और सामुदायिक स्तर
- जल गुणवत्ता जांच का प्रदर्शन

# विषय सूची

## मॉड्यूल 5— जल अंकेक्षण (ऑडिट)

- जल अंकेक्षण (ऑडिट)
- आभासी जल (वर्चुअल वाटर)
- जल फुटप्रिंट

## मॉड्यूल 6 — जल प्रबंधन

- वाटरशेड में जल
- जल सुरक्षा
- समग्र जल संसाधन प्रबंधन (आईडब्ल्यूआरएम)
- जल प्रबंधन में भागीदारी .ष्टिकोण

## मॉड्यूल 7— जल संरक्षण

- जल संरक्षण क्या है?
- प्राचीन भारत में जल संरक्षण
- जल संरक्षण पद्धतियाँ – जानकारी की आवश्यकता
- जल संरक्षण के लिए सुझाव – क्या करें व क्या न करें?

## मॉड्यूल 8— जल संरक्षण तकनीकें

- वर्षाजल संग्रहण (आरडब्ल्यूएच) : आवश्यकता, मूल बातें और लाभ
- संचित जल का उपयोग
- सुझाई गई संरचनाएं
- संचित वर्षाजल का नमूना अनुमान
- खेत तालाब
- खेत तालाब के डिजाइन का उदाहरण

## मॉड्यूल 9— जल संरक्षण और प्रबंधन के लिए तकनीकें

- आवश्यकता
- क्या किया जा सकता है?
- तकनीकें व प्रथाएं
- वर्षा जल संग्रहण (आरडब्ल्यूएच)

# विषय सूची

## मॉड्यूल 10— पारंपरिक ज्ञान और सीख

- खेल और व्यावहारिक गतिविधियां
- गायन और कथोपकथन
- एनआईएच जल स्तुति

## मॉड्यूल 11— सफलता की कुछ कहानियां

- रालेगन सिद्धी
- हिवरे बाजार गांव
- आंध्रप्रदेश में कृषक प्रबंधित भू-जल व्यवस्था
- चेन्नई शहर में वर्षा जल संग्रहण
- चावल गहनता की प्रणाली (एसआरआई)

## मॉड्यूल 12— जल से संबंधित योजनाएं और कार्यक्रम

- भारत सरकार की जल संबंधित योजनाएं
- यूनेस्को के जल संबंधित कार्यक्रम
- जल संरक्षण में महिलाओं की भूमिका

## मॉड्यूल 13— क्षेत्र अनावरण

- क्षेत्र भ्रमण

## मॉड्यूल 14— मूल्यांकन

- तैयारियां
- विधि
- पाठ्यक्रम मूल्यांकन पत्र

## संलग्नकों की सूची

- एवी क्लिपों की सूची
- प्रशिक्षण कार्यक्रम