GUEST LECTURE ON

'REACHING GREATER HEIGHTS IN LIFE'

ORGANIZED BY

COUNSELLING AND PSYCHOLOGICAL WELL- BEING CENTRE &

UGC WOMEN'S STUDIES CENTRE

ON THE OCASSION OF MENTAL HEALTH AWARENESS WEEK

11th OCTOBER 2022

A Guest Lecture was organized by Counselling and Psychological Well-being and UGC Women's Studies Centre by Dr. Indla RamaSubba Reddy, Director – Indlas Hospitals.

OBJECTIVES:

The main objective is to create awareness among students about their physical & mental health.

- Awareness about balancing and maintaining a healthy life style.
- Reducing Stress levels and building confidence.
- Accepting the ups and downs of the life cycle.
- Imparting moral values and responsibilities.
- To provide accurate knowledge to students about the process of growing up.
- Ability to handle both success and failure.

On the occasion of Mental Health Awareness Week, the chief guest addressed the students about the various aspects of maintaining a good and balanced life style to overcome the stress. He trained the students by showing real life instances from Mythology, Sports and various fields. He stressed to develop good habits like reading books, having physical activity in their daily routine, maintaining social responsibility and inculcating the habit of having good relationship with the family as well as society. For the better understanding of the concept he created a lively environment by telling stories and interacting with students. 112 students from B.Com Computers, TP and BCA attended the session. The staff members M. Lakshmi Prasanna, G. Sita Ratnam, G. Madhuri, V.Sailaja participated in the session. Our Vice Principal Sri. P.L.Ramesh garu felicitated the guest. Lastly Smt. S. Jaya Bharati, Dept. of Mathematics rendered Vote of Thanks.

OUTCOMES:

- A better understanding of maintaining a good and balanced lifestyle
- Growth of overall wellbeing
- Management of various levels of Stress
- Methods to divert the mind and ability to handle the situations.
- Importance of role of students in Society Development.
- Inspiring students to be a role model for others.

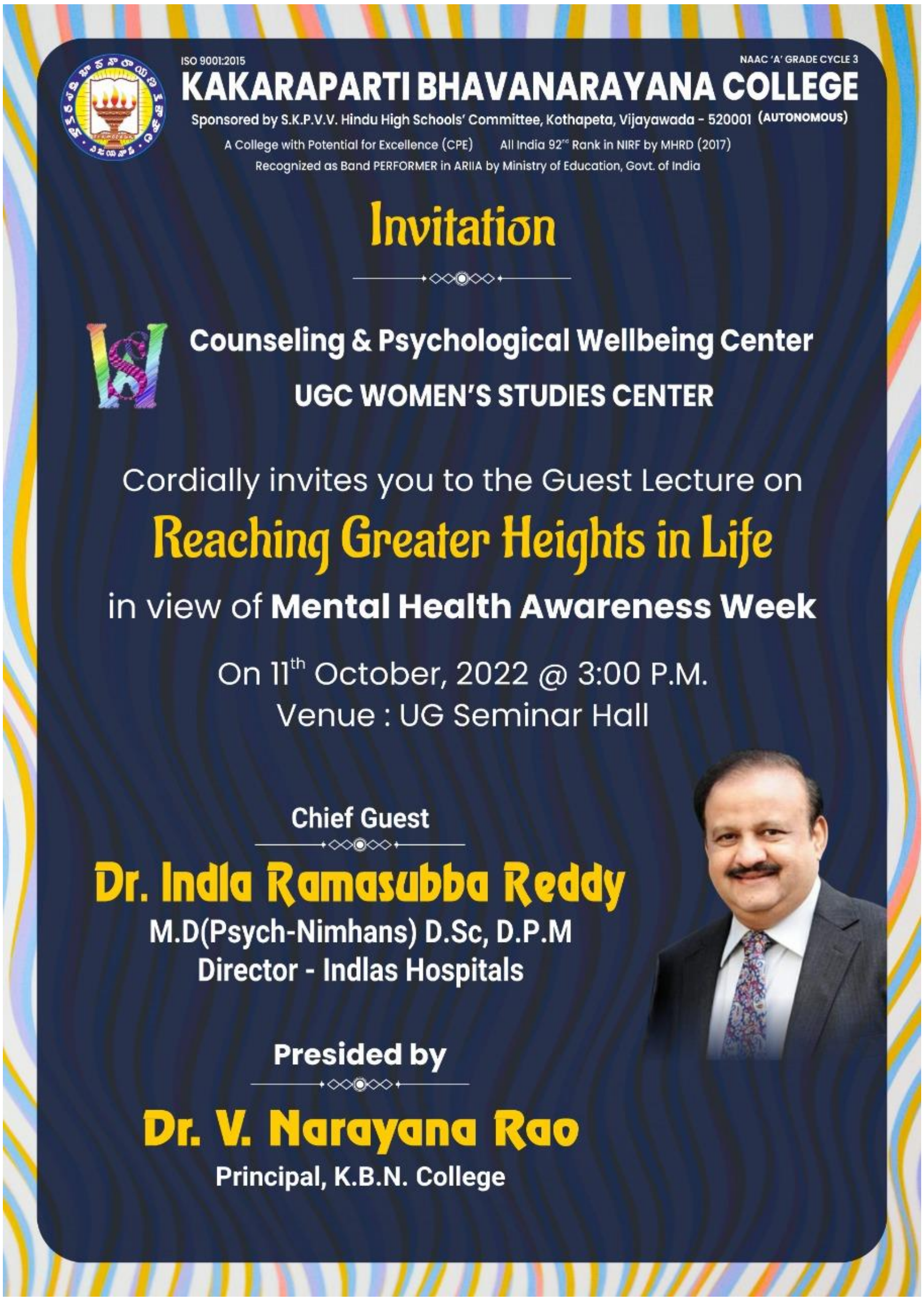

PHOTO GALLERY

Dr. Indla Rama Subba Reddy, Director – Indlas Hospitals about life goals

Participants at the Programmes

మానసిక ఆరోగ్యంతో వికాసం

వన్‌టౌన్ (విజయవాడ పశ్చిమ): సమాజంలో మానవుడు మానసిక ఆరోగ్యంతోనే సంపూర్ణ వికాసాన్ని సాధించగలరని మానసిక వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ ఇండ్ల రామసుబ్బారెడ్డి అన్నారు. కేబీఎన్ కళాశాల కౌన్సిలింగ్ అండ్ సైకలాజికల్ వెల్‌బీయింగ్ సెంటర్, యూజీసీ ఉమెన్స్ స్టడీస్ సెంటర్ ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం 'జీవితంలో ఉన్నత శిఖరాలకు ఏ విధంగా చేరుకోవాలి' అంశంపై సదస్సు నిర్వహించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ విద్యార్థులకు ఐక్యూతో పాటుగా ఈక్యూ చాలా అవసరమన్నారు. జీవితంలో రాణించాలంటే సర్దుకుపోయేతత్వం, సహకరించేగుణం తప్పనిసరిగా ఉండాలన్నారు. ఆర్థిక వనరులు, హోదాలతో వచ్చే సుఖం శాశ్వతమైన సంతోషాన్ని అందించదన్నారు. వీటితో మానసిక సమస్యలు ఎదురవుతాయన్నారు. జీవితంలో రాణించడానికి అవసరమైన పలు ఉదాహరణలు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో వైస్ ప్రిన్సిపాల్ పీఎల్ రమేష్, సీనియర్ అధ్యాపకులు సీహెచ్ శ్రీనివాస రెడ్డి, సైకాలజిస్ట్ కల్యాణి దేవిరెడ్డి, స్టడీస్ సెంటర్ కన్వీనర్ ఎంఎల్ ప్రసన్న తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సదస్సులో మాట్లాడుతున్న డాక్టర్ రామసుబ్బారెడ్డి

సాక్షి విజయవాడ సిటీ Wed, 12 October 2022
https://epaper.sakshi.com/c/70487057

ఈనాడు
epaper.eenadu.net

మానసిక ఆరోగ్యంతోనే సంపూర్ణ వికాసం

మాట్లాడుతున్న డాక్టర్ రామసుబ్బారెడ్డి

హాజరైన అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు

చిట్టినగర్, న్యూస్‌టుడే: మానవుడు మానసికంగా ఉరోగ్యంగా ఉన్నప్పుడే సంపూర్ణమైన ఆరోగ్యవంతుడు అవుతాడని ప్రముఖ మానసిక వైద్య నిపుణులు ఇండ్ల రామసుబ్బారెడ్డి అన్నారు. కొత్తపేట కేబీఎన్ కళాశాలలో కౌన్సెలింగ్ అండ్ సైకలాజికల్ వెల్‌బీయింగ్ సెంటర్, యూజీసీ ఉమెన్స్ స్టడీస్ సెంటర్ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో 'జీవితంలో ఉన్నత శిఖరాలకు ఎలా చేరుకోవాలి' అనే అంశంపై సదస్సు మంగళవారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ జీవితంలో రాణించాలంటే సర్దుకుపోయేతత్వం, సహకరించే గుణం తప్పనిసరిగా ఉండాలని సూచించారు. విద్యార్థులకు ఐక్యూతో పాటు ఈక్యూ చాలా అవసరమన్నారు. సదస్సులో వైస్ ప్రిన్సిపల్ పీఎల్.రమేష్, అధ్యాపకులు సిహెచ్.శ్రీనివాసరెడ్డి, సైకాలజిస్టు దేవిరెడ్డి కల్యాణి, స్టడీస్ సెంటర్ కన్వీనర్ ఎం.లక్ష్మీప్రసన్న, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

Date : 12/10/2022 EditionName : ANDHRA PRADESH(AMARAVATI NTR) PageNo : 06

ఆంధ్రప్రభ

మానసిక ఆరోగ్యంతోనే సంపూర్ణ వికాసం

మాట్లాడుతున్న మానసిక వికాస నిపుణులు ఇండ్ల రామసుబ్బారెడ్డి

వన్‌టౌన్, అక్టోబర్ 11 (ప్రభన్యూస్): మానవుడు మానసికంగా ఆరోగ్యంగా ఉన్నప్పుడే సంపూర్ణమైన ఆరోగ్యవంతుడవుతాడని ప్రముఖ మానసిక వైద్య నిపుణులు డాక్టర్ ఇండ్ల రామసుబ్బారెడ్డి అన్నారు. కాకరపర్తి భావనారాయణ కళాశాల కౌన్సిలింగ్ అండ్ సైకలాజికల్ వెల్‌బీయింగ్ సెంటర్, యుజీసీ ఉమెన్స్ స్టడీస్ సెంటర్ ఆధ్వర్యంలో 'జీవితంలో ఉన్నత శిఖరాలకు ఏ విధంగా చేరుకోవాలి' అంశంపై సదస్సును నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యవక్తగా హాజరైన డాక్టర్ ఇండ్ల రామసుబ్బారెడ్డి మాట్లాడుతూ విద్యార్థులకు ఐక్యూతో పాటుగా ఈక్యూ చాలా అవసరమన్నారు. జీవితంలో రాణించాలంటే సర్దుకుపోయేతత్వం, సహకరించేగుణం తప్పనిసరిగా ఉండాలన్నారు. జీవితంలో రాణించేందుకు అవసరమైన పలు ఉదాహరణలను ఉదహరించారు. కార్యక్రమంలో వైస్ ప్రిన్సిపాల్ పీఎల్ రమేష్, సీనియర్ అధ్యాపకులు సిహెచ్ శ్రీనివాసరెడ్డి, సైకాలజిస్ట్ కల్యాణి దేవిరెడ్డి, స్టడీస్ సెంటర్ కన్వీనర్ ఎంఎల్ ప్రసన్న తదితరులు పాల్గొన్నారు.

Date: 12/10/2022, Edition: Vijayawada, Page: 16
Source : https://epaper.prabhanews.com/