



## Awareness on “Stress and Time Management”

**Date and Time:** 25.11.2021 Thursday and 12:00 PM to 2:00 PM

**Venue:** Webinar Hall

**Organized by:** No More Tears Committee

**Resource Person:** Dr. Nagesh (NIMHANS, Bangalore)

**No of Students Participated:** 150

### Report:

“International Day for the Elimination of Violence Against Women” is celebrated every year on November 25. On this occasion, “No More Tears” Committee organized a National Seminar in our college. On behalf of the Institution, Director Dr.T. Vijayalakshmi madam and Principal Dr.S.Kalpana madam conveyed regards to the Resource Person. Dr. Nagesh addressed the gathering about Stress and Time Management specially in females. A good Time and Stress Management will definitely boost the student’s confidence and creativity. Once a student gets into job field their creativity and talent keep on reducing just because of stress. Students had a keen interest in the topic and they had a good discussion with the Resource Person who was honoured by the Director and Principal with a memento.

Dr .A. Naga Jyothi Convener, other members of the committee and students graced the occasion.

### Gallery:



Speech by Dr.Nagesh



Interaction with students

## అత్యుచితానంతో ఒత్తిడి దూరం

విజయవాడ సిటీ, న్యూరీటురే: విద్యార్థులు అత్యుచితానంతో విద్యనభ్యసించాలని, తీవ్రతతో ఒత్తిడిని అధిగమించి తనలోని సృజనాత్మక శక్తిని బయటకు తీసుకొచ్చి ఒత్తిడి తగ్గించుకోవాలని ప్రైవేట్ డాక్టర్ నగేష్ అన్నారు. గురువారం శ్రీ దుర్గామల్లేశ్వర సిద్ధార్థ మహిళా కళాశాలలో నోమోర్ టియర్స్ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో అంతర్జాతీయ మహిళలపై హింసా నిరోధక దినోత్సవం సందర్భంగా అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు. కళాశాల ప్రైవేట్ డాక్టర్ టి. విజయలక్ష్మి, ఎస్. కల్పన, కమిటీ కన్వీనర్ ఎ. నాగజ్యోతి, జె. పి. శాంతి స్వరూపరాజ్, వాసు, సింధుప్రభు, విద్యార్థినులు పాల్గొన్నారు.



మాట్లాడుతున్న ప్రైవేట్ డాక్టర్ నగేష్

## సృజనాత్మకతతో ఒత్తిడి దూరం

లక్ష్మీపేట, నవంబరు 25: ప్రతి విద్యార్థి ఒత్తిడి పోగొట్టుకోవాలంటే వారిలోని కళానైపుణ్యాలను, సృజనాత్మకతలను పెంపొందించుకోవాలని నివృత్త ప్రముఖ ప్రైవేట్ డాక్టర్ నగేష్ పేర్కొన్నారు. సిద్ధార్థ మహిళా కళాశాలలో గురువారం గ్రూపుయేట్ విద్యార్థుల ప్రైవేట్ డాక్టర్ అంశపై సదస్సు జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న ఆయన మాట్లాడుతూ మాట్లాడే విధానం, టైమ్ మేనేజ్మెంట్ను అలవర్చుకోవాలని, అత్యుచితానంతో విద్యను అభ్యసించాలని అన్నారు. కళాశాల ప్రైవేట్ డాక్టర్ టి. విజయలక్ష్మి, ప్రెస్మోపాల్ డాక్టర్ ఎస్. కల్పన, డాక్టర్ ఎ. నాగజ్యోతి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

