



05-09-2024



VIDYAVARDHAKA SANGHA(R), MYSURU
VIDYAVARDHAKA FIRST GRADE COLLEGE

Sheshadri Iyer Road, Mysuru – 570 001



CHANGE THE NARRATIVE

IQAC Cell Organising

World Suicide Prevention Day

YOU ARE NOT ALONE

Creating Hope through Action

President
Dr.S.MariGowda
Principal, VVFGC,
Mysuru

Chief Guest
Dr.Jyothi .R
Clinical Psychologist
Department of Psychiatry
Mysore Medical College, Mysuru

Dr.P.K.Govardhan
Staff Advisor
VVFGC, Mysuru

Hope
CHANGES EVERYTHING

STUDENTS CAN SAVE lives

Date: 10.09.2024 Tuesday | Time: 11.30 AM | Venue Sri. P.M.Chikkaboraiah Hall





ವಿದ್ಯಾವರ್ಧಕ ಪ್ರಥಮ ದರ್ಜೆ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ದಿನಾಂಕ 10-09-2024ರ ಮಂಗಳವಾರದಂದು “ವಿಶ್ವ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ತಡೆ ದಿನವನ್ನು” ಆಚರಿಸಲಾಯಿತು. ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿರುವುದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಸಂಬಂಧಗಳು ಹಾಳಗುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ ಎಂದು ಮೈಸೂರು ಮೆಡಿಕಲ್ ಕಾಲೇಜಿನ ಕ್ಲಿನಿಕಲ್ ಮನಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞನರಾದ ಡಾ.ಜ್ಯೋತಿ ಅವರು ತಿಳಿಸಿದರು. ಇಂದು ಮಕ್ಕಳು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆ, ಡ್ರಗ್ಸ್, ಕೆಟ್ಟ ಚಟಗಳು ಮತ್ತು ವ್ಯಸನಗಳಿಂದಾಗಿ ಸರಿಯಾದ ಆಹಾರಕ್ರಮ ಇಲ್ಲದೆ ಇರುವುದು ಮಾನಸಿಕ ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಒಳಗಾಗುವುದು ಅನೇಕ ತಪ್ಪು ತಿಳುವಳಿಕೆಗಳು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತಿದೆ. ನಾವು ಅದನ್ನು ತಡೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ. ಇಂದು ನಾವು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಗೇಟ್ ಕೀಪರ್‌ಗಳ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಯಬೇಕಾದ ಅನಿವಾರ್ಯತೆ ಬಂದು ಒದಗಿದೆ. ಇಂದು ಸಾಮಾನ್ಯರೆ ಆತ್ಮ ಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು ವಿಷಾದದ ಸಂಗತಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು. ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರಾದ ಡಾ.ಎಸ್. ಮರೀಗೌಡ ರವರು ಮಾತನಾಡುತ್ತಾ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಆಯೋಜಿಸಿರುವುದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಂಡು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಧೈರ್ಯ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನವನ್ನು ನೀಡಲಿ ಎಂಬ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಅಧ್ಯಾಪಕ ಸಲಹೆಗಾರರಾದ ಡಾ.ಪಿ.ಕೆ.ಗೋವರ್ಧನ್ ರವರು ಹಾಜರಿದ್ದರು .ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾದ ನಿವೇದಿತಾ.ಎನ್ ಅವರು ನಿರೂಪಣೆ ಮತ್ತು ವಂದನಾರ್ಪಣೆ ನೆರವೇರಿಸಿದರು ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರಾದ ಸೌಮ್ಯ ಅವರು ಎಲ್ಲರನ್ನು ಸ್ವಾಗತಿಸಿದರು. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಅಧ್ಯಾಪಕ ಅಧ್ಯಾಪಕೇತರ ವೃಂದದವರು ಹಾಗೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹಾಜರಿದ್ದರು.







The “**World Suicide Prevention Day** “ was observed at Vidyavardhaka First Grade College, Sheshadri Iyer Road, Mysuru on 10th Sept. 2024 at 11.30 am in the college Auditorium to create awareness about suicide prevention among the graduation students.

Dr.Jyothi R, Clinical Psychologist, Dept. of Psychiatry, Mysore Medical College and Research Institute, Mysore was the Chief Guest. In her address she stressed the need of creating hope through action –small actions that can provide hope and help to prevent suicide. She said that “suicide” is a global health crisis and awareness about that serves as a critical reminder of the need for empathy and effective mental health among the youth in particular. She gave many examples to explain mental health issues and stigma. At present suicide is being committed for various reasons, it may be financial stress, work pressure, economic hardships, academic pressure among students and so on. Even the breakdown of traditional family structure has resulted in depression among the youth. She insisted that every student should become a Gate keeper. Gate keeper is the one who creates awareness and reduces stigma around suicides. The students should identify the individuals who are showing warning signs of suicide risk and help those individual get out of it.

The Principal of the college Dr.S.MariGowda who presided over the function gave a call to all the students that such programmes have been conducted in the college to create awareness among the students about suicidal tendency because now a days even people who appear normal may have committed suicide; It is not that only the people with depression commit suicide. So it is the greatest responsibility of every student to be away from suicidal tendencies and help the people around not to commit suicide.

Initially Prof Sowmya M welcomed the gathering and introduced the Chief Guest. Prof. Niveditha N rendered vote of thanks. Dr.P.K. Govardhan, Staff Advisor, teaching and non-teaching faculty, and students attended the programme.