



Government Degree College for Women(Autonomous)

Begumpet, Hyderabad-16

Affiliated to Osmania University, Re-Accredited with 'B+' Grade by NAAC



BHAGYA

COMPLETE HEALTH CARE

2019- 2020

1. Mosquito Awareness rally – Extension Activity

Keeping in view the present scenario where several cases of mosquito transmitted diseases such as Dengue, yellow fever and malaria were recorded, we the Department of Zoology and Biotechnology took an initiative to organize an awareness programme , **Mosquito Awareness Day’ on 20-08-2017.**

A quiz programme was conducted in the college

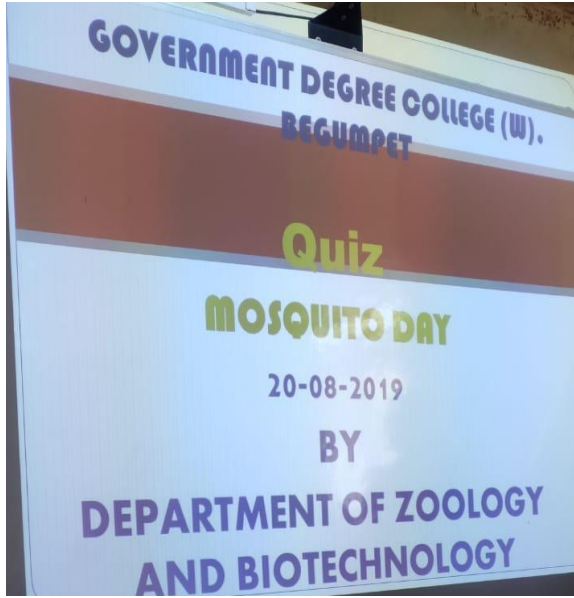
An Extension lecture was conducted at Government High School, Begumpet.

Awareness Rally by Staff and students of zoology and Biotechnology



At Government High School , Begumpet.





2. A programme on Mental health and Emotional well being for the faculty – by PRAN FOUNDATION ON 30 – 12-2019



Mental health is the health of our mind and emotions just like physical health is the health of our bodies. Unless we pay attention to our mental health, One won't be able to achieve wholesome wellbeing. A health programme has been organized in collaboration with PRAAN FOUNDATION mainly to create consciousness to think about mental health, pay attention to emotions and take control of wellbeing. The main theme of the lecture was importance of emotional immunity by simple techniques. The Speakers were Mr.Jephthah J. Project Specialist and Mrs. Kommuri Spandana, Manager- Program and Operations, Praan Foundation

3. A programme on Mental health and Emotional well being for the Students – by PRAN FOUNDATION ON 22-1-2020



Mental health includes our emotional, psychological, and social well-being. Mental health is important at every stage of life, from childhood and adolescence through adulthood.

Student awareness for mental health reduces stigma. **Mental health awareness** increases the chances for early intervention, which can result in a fast recovery, promotes help seeking behaviors and emotional well-being practices, and prevent suicide through individual education and outreach events.

The main concept was how to cope up with stress and avoid Mental Illness, which included

- Getting professional help if you need it
- Connecting with others
- Staying positive
- Getting physically active

- Developing coping skills

4. Awareness on PCOS and Hypothyroidism in Women on 25-1-2020 by

Mrs. Suprabha Panda, Assistant Professor of Zoology, GDCW, Begumpet





An Talk on PCOS and Hyperthyroidism was conducted by Faculty forum thereby sensitizing the staff regarding the incidence of clinical hypothyroidism, goiters and autoimmune thyroiditis and Understanding the similarities and differences between hypothyroidism and PCOS — and having the right tools to aid in evaluation — can lead to an accurate diagnosis and inform optimal treatment decisions and the right nutrition to prevent it.

4. Cancer Awareness Day in Collaboration with SWAPNIKA REHA (NGO) on 4-2-2020



Introducing Swapnika Reha founder Mrs.M. Mahalaxmi

Health Team of our college



A talk on various cancers by Dr.Mallik Singaraju, Century Hospitals, Jubilee hills, Hyderabad.

The primary goal of was to promote and develop awareness in the student community and teaching fraternity and emphasize the importance of early detection, all of which play a major role in the treatment of cancer and also lead to people making healthier lifestyle choices

An Awareness Programme on Menstrual Health and Hygiene by Mrs M.Mahalaxmi.



The lecture was delivered regarding Menstruation and menstrual practices which still face many social, cultural, and religious restrictions which are a big barrier in the path of menstrual hygiene management. And how incomplete or no knowledge about reproductive tract infections caused due to ignorance of personal hygiene during menstruation time and eco friendly disposal of sanitary pads were extensively discussed

News coverage

జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లతో కేన్సర్ ముప్పు

సనవ్చగడ్: మారిన జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లు, వాతావరణ కాలుష్యం, పొగాకు ఉత్పత్తులు కేన్సర్ వ్యాధికి కారణమవుతున్నాయని బంజారాహిల్స్ సెంచురీ హాస్పిటల్ వైద్యులు ప్రముఖ ఆంకాలజిస్ట్ మల్లిక్ సింగరాజు అన్నారు. పరల్ క్యాన్సర్ డేను పురస్కరించుకుని బేగంపేట ప్రభుత్వ మహిళా డిగ్రీ కళాశాలలో మంగళవారం కేన్సర్పై అవగాహన సదస్సు జరిగింది. స్వస్థిక రేహా ఫౌండేషన్ సహకారంతో కళాశాల బయో టెక్నాలజీ, జువాలజీ విభాగాల ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ సదస్సులో పలువురు వైద్యులు హాజరై కేన్సర్ వ్యాధి కారణాలు, కేన్సర్ వ్యాధి మరణాలను తగ్గించడంపై సుదీర్ఘ ప్రసంగం చేశారు. సదస్సులో డా. సింగరాజు మాట్లాడుతూ ఒక పుణ్య వృద్ధాప్యంలో పశ్చే కేన్సర్. రాసురాసు పిన్న పయస్సులోనూ శైలగు మాస్టుండడం బాధాకరమన్నారు. గర్భాశయ ముఖ ద్వార, రామ్ము కేన్సర్తో ఎక్కువ శాతం మరణాలు సంభవిస్తున్నాయన్నారు. తన జాగ్రత్తలు తీసు



అవగాహన కార్యక్రమంలో స్వస్థిక రేహా ఫౌండేషన్ ప్రతినిధులు కోవడం ద్వారా అరికట్టవచ్చన్నారు. కార్యక్రమంలో స్వస్థిక రేహా ఫౌండేషన్ వ్యవస్థాపకురాలు మహాలక్ష్మి ఎద్దుకేషనల్ కన్సల్టెంట్ అన్నపూర్ణ, కొండలరావు, వెంకటరావులు పలు అంశాలపై మాట్లాడారు. కార్యక్రమంలో హెల్త్ కో అర్డినేటర్ వి.రోహిణి, జువాలజీ హెడ్ సుప్రభ, అకడమిక్ కో అర్డినేటర్ శ్రీలత, రేహా బేగం తదితరులు పాల్గొన్నారు.



మహిళా డిగ్రీ కళాశాలలో క్యాన్సర్పై సదస్సు

బేగంపేట మహిళా డిగ్రీ కళాశాలలో క్యాన్సర్పై నిర్వహించిన సదస్సులో పాల్గొన్న వక్రలు

బేగంపేట: బేగంపేట ప్రభుత్వ మహిళా డిగ్రీ కళాశాలలో మంగళవారం ప్రపంచ క్యాన్సర్ నివారణ దినోత్సవాన్ని నిర్వహించారు. డిపార్ట్మెంట్ ఆఫ్ బయోటెక్నాలజీ, జువాలజీ విభాగం వారు స్వస్థిక రేహా అనే ఎన్జీవోతో కలిసి కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా క్యాన్సర్పై అవగాహన సదస్సు ఏర్పాటు చేశారు. అనంతరం డాక్టర్ మల్లిక్ పాల్గొని క్యాన్సర్తో మరణాలను తగ్గించే అంశాలను వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్వస్థిక రేహా వ్యవస్థాపకులు మహాలక్ష్మి, అన్నపూర్ణ, రోహిణి, శ్రీలత, కొండలరావు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

5. Yoga and Nutrition awareness – by Swapnika Reha group on 5-2-2020



A session on simple techniques to detoxify and benefits of yoga by certified yoga teacher Mr.Kondal Rao, Swapnika Reha team. The main aim was to impart knowledge on physical and mental wellbeing by PRAANAYAMA

6. Complete Health Check up by Thyrocare to staff and students on 10-2- 2020







A complete health checkup was organized in the college for the staff and students in collaboration with Thyrocare. The tests like Thyroid, Complete blood profile, Liver function test, renal profile, Vitamin B12, and Vitamin D test, Sugar tests were conducted at concession rate. The reports have been collected and a record is being maintained.

7. Awareness on Biodegradable sanitary pads by Vyomini NGO



Most of the women use plastic-based sanitary napkins, oblivious to the harm that it does to the body. The plastic in the sanitary pads, while effectively trapping the moisture within, provides a breeding ground for bacterial and fungal infections. This can cause inflammation in the vagina. This can cause inflammation in the vagina and vulva, It can also lead to compromising the reproductive health of the individuals, and affect their fertility in the long term.

Biodegradable made from banana fibre degrade within 6 months and prevent itching and rashes. These were distributed to our students at a very low cost.

8. Menstrual Hygiene and Health check up by Siddham NGO



Inauguration of Health camp



**Dr. Vijayalaxmi, Senior Gynaecologist
addressing the students on Menstrual Hygiene**







A health camp was conducted in collaboration with Siddham NGO. The camp was inaugurated by Dr. Vijaya lakshmi, Senior Gynaecologist, Rainbow Hospitals, addressing the students on Menstrual Hygiene, pain management, and nutrition during the Menstruation.

The Programme also included general health checkup for adolescent girls, sugar and BP check up were also a part of medical camp, and distribution of free Sanitary pads to the students.