



Ministry of Culture  
Government of India



राष्ट्रीय आधुनिक  
कला संग्रहालय  
NATIONAL GALLERY  
OF MODERN ART



FAHI  
FOUNDATION FOR ARTS & HUMAN INDIA

National Gallery of Modern Art, Bengaluru  
(Ministry of Culture Government of India)

is happy to announce the outreach event

## Aaraam-a? ಆರಾಮಾ?

Exploring self-care through the arts

ಕಲೆಗಳ ಮೂಲಕ ಕಾಳಜಿ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಗೆ ಹೇಗೆ?  
ಬನ್ನಿ ನಮ್ಮೊಂದಿಗೆ ಕಲಿಯಿರಿ

90-minute workshop  
90-ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾರ್ಯಾಗಾರ

For ages 16+  
16+ ವಯಸ್ಸಿನವರಿಗೆ

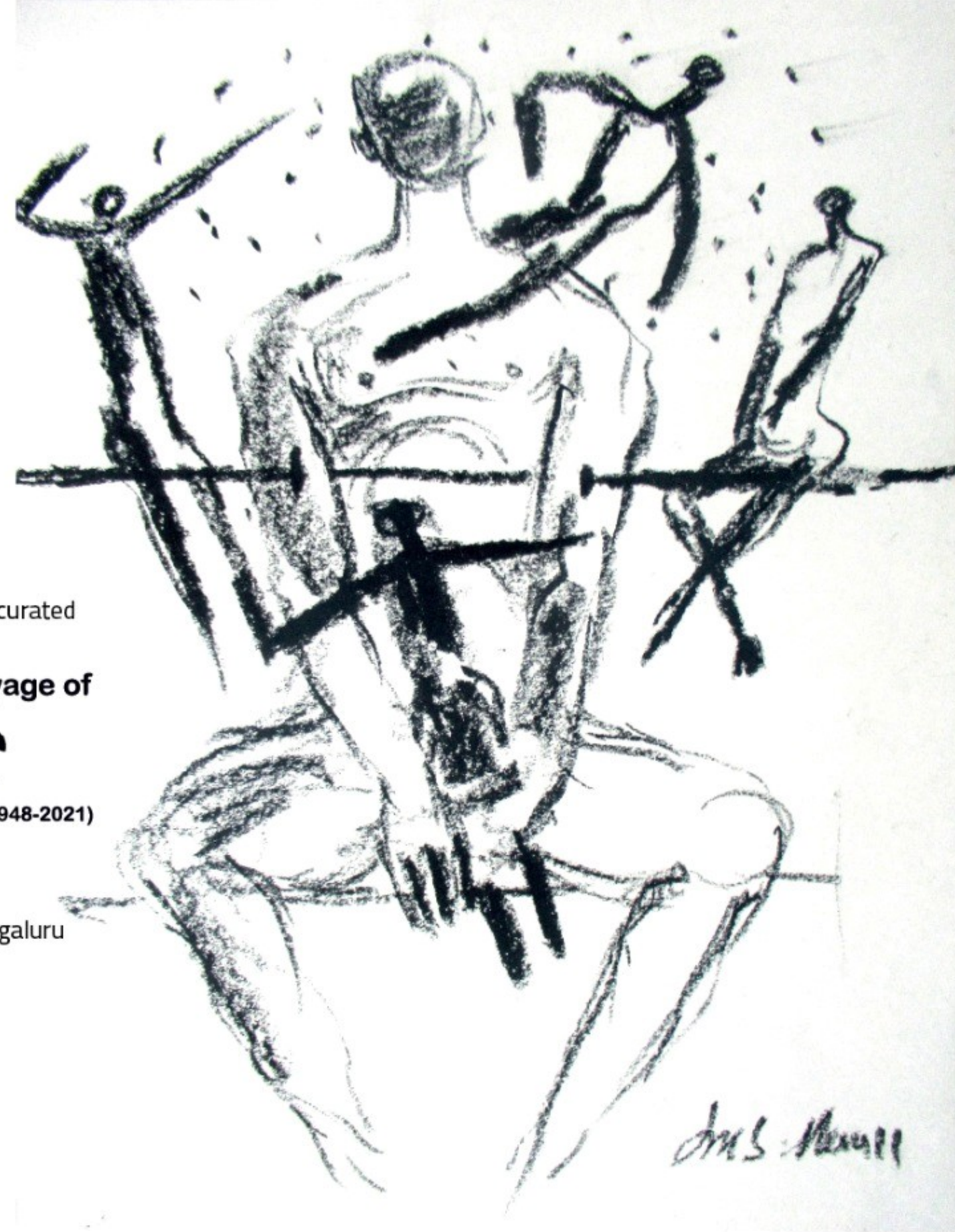
31/1/2025  
Friday ಶುಕ್ರವಾರ  
ಸಂಜೆ 4:00 ರಿಂದ 5:30 ರವರೆಗೆ

In conjunction with the ongoing in-house curated  
retrospective exhibition

**Namma Mestru: The Artistic Voyage of**

*Namma Mestru* (1948-2021)

Curated by Darshan Kumar YU  
and Amrutha R, Dy.Curator, NGMA Bengaluru



scan the QR code  
for registration

Entry for participation in the workshop is free and shall be through registration.

Limited participants on a first come, first served basis.

ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಂಡವರಿಗೆ ಕಾರ್ಯಾಗಾರದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಪ್ರವೇಶ ಉಚಿತವಾಗಿದೆ.  
ಸೀಮಿತ ಸೀಟುಗಳು ಮಾತ್ರ ಲಭ್ಯವಿದ್ದು, ಮೊದಲು ಬಂದವರಿಗೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ ಇರಲಿದೆ.

at the National Gallery of Modern Art,  
# 49, Manikyavelu Mansion, Palace Road, Bengaluru - 560052,

Telephone: 080 - 22342338, Telefax: 080 22201027  
ngma.bengaluru@gmail.com, www.ngmaindia.gov.in/ngma\_bengaluru.asp,  
facebook.com/NGMABengaluru, twitter.com/NGMABengaluru, instagram.com/ngma\_bengaluru  
Daily from 10.00 am to 6.00 pm (Mondays and National Holidays closed)