

Maneiras divertidas de expandir sua conscientização cultural

Veja aqui 10 maneiras de aproveitar experiências culturais. Marque cada uma delas à medida que as experimentar – e adicione algumas de suas próprias ideias!



1. Assista a um filme em idioma estrangeiro



2. Leia um livro ambientado em outro país



3. Ouça músicas de outro país



4. Participe de um festival ou programa cultural



5. Visite uma exposição em um museu



6. Ouça um podcast sobre viagens



7. Experimente uma nova receita ou cozinhe com um novo ingrediente



8. Baixe um aplicativo de idiomas e comece a aprender



9. Coma em um restaurante com culinária étnica



10. Viaje para um lugar onde você nunca esteve



11. _____



12. _____



Optum

© 2023 Optum, Inc. Todos os direitos reservados. A Optum® é uma marca registrada da Optum, Inc. nos Estados Unidos e em outras jurisdições. As demais marcas ou os nomes de produtos mencionados são marcas registradas ou comerciais de propriedade dos seus respectivos donos. A Optum é uma empregadora que oferece oportunidades igualitárias.

WF10314019 140901-052023