

# Roliga sätt att vidga din kulturella medvetenhet

Här kommer 10 sätt att få kulturella erfarenheter. Bocka av dem allt eftersom du testat dem – och lägg till några av dina egna idéer!



1. Se en film på ett främmande språk



2. Läs en bok vars handling utspelas i ett annat land



3. Lyssna på musik från ett annat land



4. Besök en kulturfestival eller ett kulturprogram



5. Se en museiutställning



6. Lyssna på en podcast om resor



7. Testa ett nytt recept eller laga mat med en ny ingrediens



8. Ladda ned en språk-app och börja lära dig språket



9. Ät på en restaurang med lokal mat



10. Res till ett ställe där du aldrig varit



11. \_\_\_\_\_



12. \_\_\_\_\_



## Optum

© 2023 Optum, Inc. Med ensamrätt. Optum® är ett registrerat varumärke för Optum, Inc. i USA och andra jurisdiktioner. Alla övriga namnmärken eller produktnamn är varumärken eller registrerade varumärken som tillhör respektive ägare. Optum är en arbetsgivare med lika möjligheter.

WF10314019 140909-052023