

# 擴展文化覺察的有趣方式

這裡有 10 種享受文化體驗的方式。請在您嘗試這些方式的時候勾選每一個，並添加一些您自己的想法！



1. 看一部外語片



2. 讀一本以另一個國家為背景的书



3. 聆聽來自另一個國家的音樂



4. 參加文化節或節目



5. 參觀博物館展覽



6. 收聽旅遊節目播客



7. 嘗試新食譜或使用新食材烹飪



8. 下載語言應用程式並開始學習



9. 在民族美食特色餐廳用餐



10. 去一個你從未去過的地方旅行



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



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



## Optum

© 2023 Optum, Inc. 版權所有。Optum® 是 Optum, Inc. 在美國和其他司法管轄區的註冊商標。所有其他品牌或產品名稱均為其各自所有者財產的商標或註冊商標。Optum 是平等機會僱主。

WF10314019 140906-052023