

# ISOLA MENTO **ATIVO**

Vamos enxergar novas  
possibilidades?

Este e-book vai te ajudar!





**Orgs. Suélem Barros de Lorena  
Yale Simone Oliveira Henriques Veras de Araújo**

# **ISOLAMENTO ATIVO**

## **Vamos enxergar novas possibilidades?**

**FPS  
2020**



**Ficha Catalográfica**  
**Preparada pela Faculdade Pernambucana de Saúde**

---

F143i Faculdade Pernambucana de Saúde

Isolamento ativo: vamos enxergar novas possibilidades? / Organização: Suélem Barros de Lorena, Yale Simone Oliveira Henriques Veras de Araújo. Colaboração: Mariana Maciel Neponuceno. – Recife: FPS, 2020.

43 f.

E-book.

1. E-book. 2. Leitura. 3. Cineclube. 4. Exercícios para o cérebro. 5. Museus. I. Faculdade Pernambucana de Saúde. II. Lorena, Suélem Barros de. III. Araújo, Yale Simone Oliveira Veras de. III. Título.

CDU 7

---

# SU MÁ RIO



APRESENTAÇÃO	6
HORA DA LEITURA	7
INDICAÇÕES DO CINECLUB	15
EXERCÍCIOS PARA O CÉREBRO	19
DESENVOLVENDO HABILIDADES	22
DICAS PARA RELAXAR	26
VOLTA AO MUNDO	29
APÊNDICE A: DESENHOS PARA COLORIR	38




# APRESENTAÇÃO

Ter tempo livre significa ter oportunidades de aprendizado profissional, treinamento de habilidades, interatividade e conexão consigo mesmo. Compilamos neste e-book uma diversidade de ferramentas e plataformas úteis para o seu desenvolvimento como pessoa humana e profissional da saúde.

Este e-book foi uma iniciativa das coordenações da Biblioteca e do Laboratório de Recursos Digitais da Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS), com participação especial do projeto de extensão Cineclube. Está organizado em 6 capítulos, intitulados: hora da leitura, indicações do Cineclube, exercícios para o cérebro, desenvolvendo habilidades, dicas para relaxar e volta ao mundo. Por meio dele, você poderá desfrutar de momentos de entretenimento, através das indicações de filmes, livros e podcasts, por exemplo; refletir a respeito de habilidades atualmente exigidas para inserção no mercado de trabalho; e relaxar ouvindo uma boa música de meditação, praticando técnicas específicas, como a Yoga, ou viajando online pelo mundo sem sair do conforto da sua casa.

Esperamos que aprecie o material construído com tanto carinho e zelo para te acompanhar neste inusitado período de férias.

Mesmo distantes, estamos juntos!



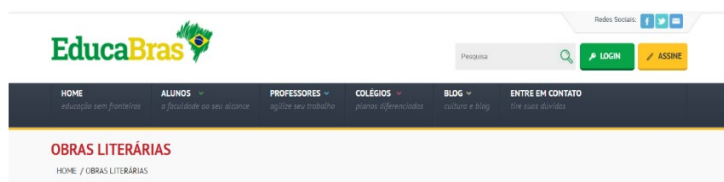
# HORA DA LEI TURA



**FPS**  
Faculdade  
Pernambucana  
de Saúde

Ler um bom livro... Já se diz em muitas músicas e muitas poesias... A verdade é que esta frase representa muito quando pensamos que ler um livro não é apenas um passatempo, mas também é a mais rica fonte de conhecimento! Sem contar que o livro nos transporta a lugares distantes, imaginários e coloridos. E o melhor, sem sair de casa!

## 1. Educabras - Obras literárias

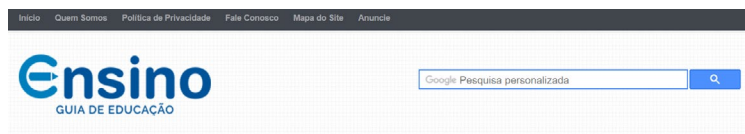


O site disponibiliza gratuitamente algumas das principais obras literárias brasileiras; todas em formato PDF e podem ser baixadas facilmente para ler off-line. Basta localizar a obra escolhida usando o filtro de busca por Título ou Autor.

Para acessar, clique na imagem ou no link:

[https://www.educabras.com/obras\\_literarias](https://www.educabras.com/obras_literarias)

## 2. Ensino Guia de educação - Obras literárias



Aqui encontramos 100 títulos selecionados diretamente do portal Domínio Público. Entre estas obras, encontramos vários títulos da literatura nacional e estrangeira. Ao escolher um título, você será direcionado para o Portal Domínio Público, podendo assim, fazer o download para leitura off-line.

Para acessar, clique na imagem ou no link:

<https://canaldoensino.com.br/blog/100-livros-classicos-para-download>



### 3. E Livros



O site disponibiliza obras literárias e livros de diversas áreas de conhecimento classificados por categorias. Também com direcionamento ao Portal Domínio Público.

Para acessar, clique na imagem ou no link:

<http://www.elivros-gratis.net/>

### 4. Amazon Brasil

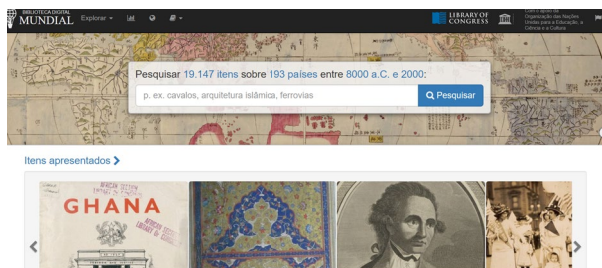


A Amazon Brasil disponibiliza para leitura em Kindle, diversos livros online grátis. Muitos deles, clássicos da literatura brasileira.

Clique no link abaixo ou na imagem para acessar a página:

<https://www.amazon.com.br/b?ie=UTF8&node=6311441011>

## 5. Biblioteca Digital Mundial



O espaço conta com um acervo de quase 20 mil itens sobre 193 países. Esse acervo reúne documentos históricos, fotografias e livros raros, etc.

Clique no link abaixo para acessar ou na imagem:

<https://www.wdl.org/pt/>

## 6. EBooks Brasil



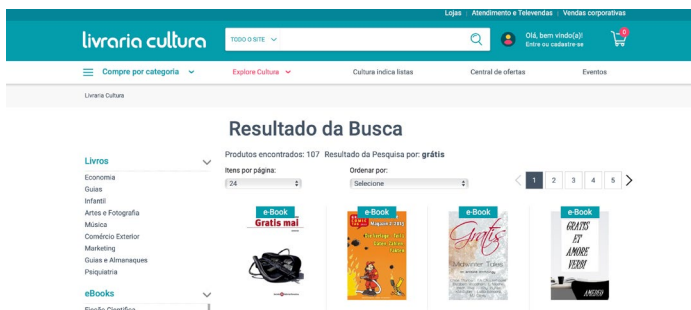
- **03.01.2013 - para registro - abdr exposed** - Para dar satisfação aos amigos do eBooksBrasil.org - Em pdf, nota da abdr; pedido de informação para o Link, Estadão; resposta ao pedido de informação. E ponto, que esse assunto já deu flor e os cupins foram expostos à luz do dia. [aqui](#)
- **06.12.2012** - Entrei na máquina do tempo e voltei a Janeiro de 2000. A Revolução dos eBooks mal começava. Doze anos depois chega ao Brasil com tudo. Até que não demorou tanto assim, não é mesmo? [Vamos lá?](#)
- **06.12.2012** - Amazon.com.br, seja bem-vinda! Que tal uma visitadinha? A um cliquezinho: [amazon.com.br](#)
- **06.12.2012** - Boas novas da Amazon.com.br: [Impardível](#)
- **06.12.2012** - Um presentinho para você: [A Volta ao Mundo em 80 Dias - Júlio Verne](#) - Também disponível, aqui, em html, pdf e outros formatos.
- **26.11.2012 - Vou ter que desenhar?** - Cupim ou miçum? Já estou em dúvida - Recebi, hoje, *de novo*, outro e-mail da abdr sobre o mesmo assunto (ver abaixo). O e-mail recebido e minha resposta (de novo!) [aqui](#)
- **14.11.2012 - O retorno dos cupins** - Recebi, ontem, um ameaçador e-mail em nome da abdr (ela mesma) dando-me o prazo de 74 horas para retirar do site o livro *o Fideus delicti*, de Cristóvão de Figueiredo, tradução de Frederico Orsini Passos de Barros. Parece

O site disponibiliza milhares de e-books de diversos clássicos mundiais. É só clicar na obra escolhida!

Confere no link abaixo ou clica na imagem:

<http://ebooksbrasil.org/>

## 7. Livraria Cultura



A Livraria Cultura oferece diversos e-books de graça. São diversos conteúdos: de acadêmicos até os clássicos de Edgard Allan Poe. É só se cadastrar ou navegar no site por chave de acesso e clicar nos livros que deseja ler.

Acesse o link abaixo ou clique na imagem:

<https://www3.livrariacultura.com.br/ebooks/gratis/>

## 8. Biblioteca Machado de Assis

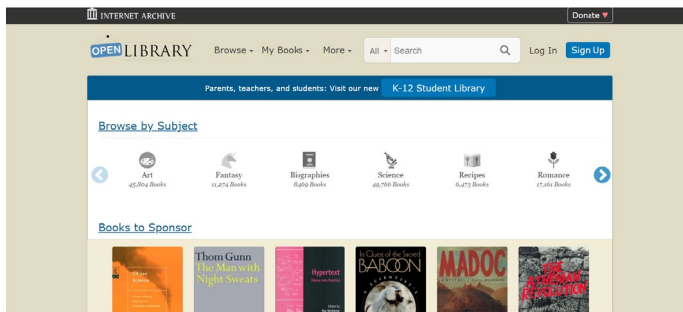


O Ministério da Educação (MEC) disponibilizou uma plataforma em comemoração ao centenário da morte de Machado de Assis. Este espaço foi idealizado pelo MEC como uma maneira de incentivar o acesso às publicações do autor.

Clique aqui para acessar ou na imagem:

<http://machado.mec.gov.br/>

## 9. Open Library

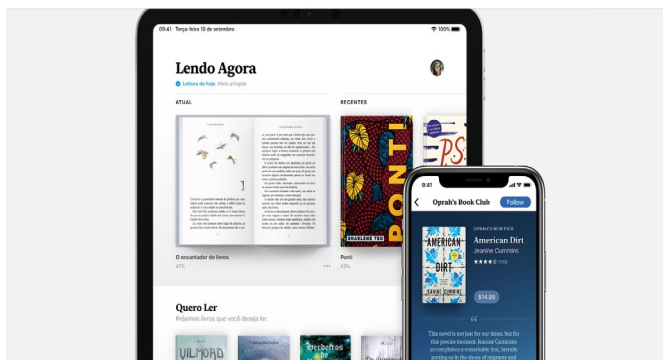


A biblioteca Open Library funciona a partir de colaboração dos usuários e já tem um acervo de mais de um milhão de títulos em muitos idiomas. Destaque para obras de William Shakespeare.

Clique aqui para acessar ou na imagem:

<https://openlibrary.org/>

## 10. Apple Books



Uma plataforma digital em formato de aplicativo que reúne várias obras literárias. Permite a classificação dos livros em pdf pelo leitor, cria marcadores, altera fonte e busca termos, entre vários outros recursos de apoio. Durante a quarentena, o Apple Books disponibilizou algumas obras gratuitas. Para ter acesso, busque o Apple Books no seu Mac, iPhone, iPad ou iPod Touch e clique no banner "Livros Grátis". Pronto! Agora é só começar a ler!

## 11. National Diet Library



Na página Digital Collection da National Diet Library, podemos visualizar documentos históricos, materiais audiovisuais, livros e muito mais itens do acervo.

Todos digitalizados e acessados de forma gratuita através do link: <https://dl.ndl.go.jp/?lang=en>

Se você gosta de **FILOSOFIA**, segue uma lista de 64 livros para baixar diretamente no seu drive...

[Acesse todo o conteúdo aqui.](#)



**E para quem gosta de livro infantil ou tem criança em casa?**

*O site Canal do Ensino traz uma lista de 20 títulos infantis para download:*

[A borboleta azul](#)

[A Bruxa e o Caldeirão](#)

[Amanda e os Nanorobôs](#)

[Chuva e sol](#)

[Conto ou não conto?](#)

[Dom Quixote](#)

[Eu que vi, eu que vi](#)

[Histórias da Avózinha](#)

[Histórias que acabam aqui](#)

[Meiguice](#)

[No reino das letras felizes](#)

[O galo Tião e a dinda Raposa](#)

[O galo Tião e a vaca Malhada](#)

[O leão Praxedes](#)

[O mistério do anel de pérola](#)

[O pacto maldito e outras histórias de morte](#)

[O peixinho e o gato](#)

[O ramo verde](#)

[O ratinho Rói-Rói](#)

[Pai, posso dar um soco nele?](#)

# INDICA ÇÕES DO CINE CLUBE



**FPS**  
Faculdade  
Pernambucana  
de Saúde

**CINECLUBE** é um dos vários projetos de extensão da FPS e tem como finalidade estimular reflexões sobre as complexas realidades humanas a partir da exibição de filmes e/ou documentários. Neste e-book, o projeto trouxe indicações de filmes, documentários, podcasts e canais do Youtube para que você desfrute de momentos de entretenimento de qualidade. Vamos conferir:



## Top 3 de indicações temáticas de filmes e documentários:

1. Feminismo, machismo e patriarcado viraram temas recorrentes nas conversas do dia a dia. Algumas produções recentes trazem perspectivas históricas e também contam a vida de pessoas. Sugestões de filmes e documentários que abordam a questão de gênero:

- *The mask you live in*
- *She´s so beautiful when she´s angry*
- *Miss Representation*
- *Laerte-se*
- *Absorvendo o tabu*
- *As Sufragistas*

2. As mudanças nas condições e nas relações de trabalho popularizaram o termo “uberização” do trabalho. De que falamos quando falamos sobre precarização? Documentários e filmes têm apresentado os problemas sociais relacionados a essas mudanças e aos impactos na vida e na saúde dos indivíduos:

- *Estou me guardando para quando o carnaval chegar*
- *Indústria Americana*
- *Assunto de Família*
- *Parasita*
- *Eu, Daniel Blake*



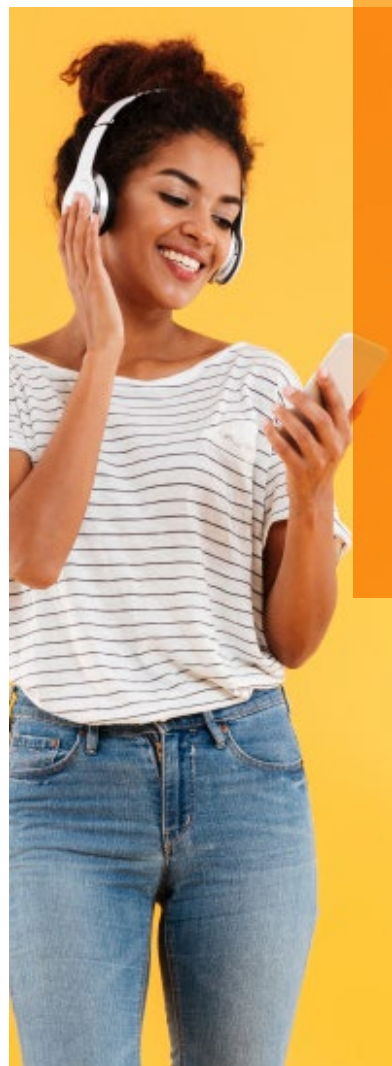


3. O audiovisual também pode nos ajudar a repensar hábitos e aprender sobre como organizar nossa rotina com qualidade. Além disso, como podemos viver melhor em comunidade? Seguem algumas sugestões para cuidarmos melhor de nós mesmos e do planeta:

- *Série Explicando*
- *Nosso Planeta*
- *Minimalismo*
- *O começo da vida*
- *Ordem na casa*

Seguem, agora, indicações de **PODCASTS** para que você aprenda, reflita e se divirta com conteúdos em áudio. Procure já no Spotify ou na sua plataforma de podcast:

- *Maria vai com as outras*
- *Mamilos*
- *Chá com a Impostora*
- *Estilo Possível*
- *Lado Black*
- *Projeto Humano*
- *Tese Onza*
- *Uma leitura toda sua*
- *Moda pé no chão*
- *Projeto Piloto*
- *Estamos bem?*
- *Para dar nome às coisas*
- *Foro de Teresina*
- *Boa noite Internet*
- *The Enemy (Ping)*
- *99vidas*





**Sobre canais de vídeo do YouTube, seguem três indicações temáticas:**

**Temas diversos:**

<https://www.youtube.com/user/asukahp>

<https://www.youtube.com/user/nerdologia>

<https://www.youtube.com/channel/UCmhzmQBdXP9TeRtpQ-iWSPg>

**Saúde e temas sociais:**

<https://www.youtube.com/user/fundacaooswaldocruz>

<https://www.youtube.com/channel/UCj17SYHeIA6VoZxG6aa1sfA/featured>

<https://www.youtube.com/user/who>

**Literatura:**

<https://www.youtube.com/user/CompanhiaDasLetras>

[https://www.youtube.com/channel/UCnC2L-aIzVyR\\_gJSZwPgX6g/featured](https://www.youtube.com/channel/UCnC2L-aIzVyR_gJSZwPgX6g/featured)

# EXER CÍCIOS PARA O CÉRE BRO



**FPS**  
Faculdade  
Pernambucana  
de Saúde

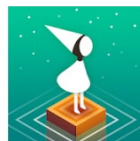
A realização de exercícios que exigem concentração, raciocínio, memória e criatividade é tão importante quanto a prática de uma atividade física. Já pensou?

Exercícios para o cérebro auxiliam na conquista de uma mente saudável e no desenvolvimento de habilidades capazes de melhorar o desempenho na faculdade, alavancar carreira profissional e garantir mais qualidade de vida. Pensando nisto, listamos abaixo uma série de aplicativos para que você inicie já o seu programa de exercícios para o cérebro! Vamos lá?!

**1. Fit Brains Trainer:** A interface deste aplicativo é bastante simples, intuitiva e com design leve. Os jogos são divididos em três níveis: iniciante, intermediário e avançado. O objetivo é estimular memória, velocidade de raciocínio e lógica através de 360 sessões de treinamentos únicas; utilizando um sistema inovador de aprendizagem, os exercícios se adaptam ao nível de resposta de cada usuário.



**2. Monument Valley:** Traz diversos quebra-cabeças desafiadores em formato 3D para que você guie uma princesa por meio da manipulação destas arquiteturas.



**3. Little Things Forever:** Oferece amplos cenários para que você procure pequenos detalhes solicitados pelo aplicativo. Ajuda a desenvolver concentração, foco e atenção.



**4. Contre Jour:** O jogo propõe inúmeros quebra-cabeças que precisam ser solucionados. O jogador coleta itens para chegar à saída de cada fase, embalado por uma trilha sonora.



**5. Lumosity:** O aplicativo traz jogos de desafio, memória, solução de problemas, lógica, raciocínio crítico, matemática, dentre outros. Os jogos são rápidos e simples, projetados para testar raciocínio crítico, memória e habilidades de solução de problemas. Trata-se de um dos aplicativos com maior índice de downloads na categoria.



**6. CogniFit Brain Fitness:** O aplicativo inclui uma avaliação das habilidades cognitivas para determinar as potencialidades e fragilidades do usuário; com estes dados promete criar um treinamento cerebral personalizado e eficaz. Inclui, também, exercícios para populações específicas diagnosticadas com Parkinson ou Alzheimer, por exemplo.

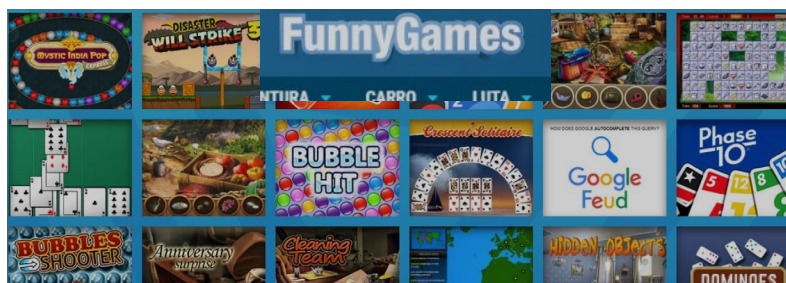


**Caso prefira utilizar computador/notebook, seguem indicações de links com jogos que têm a mesma finalidade:**

<https://www.cognifit.com/br/public/games>



[https://www.funnygames.com.br/jogo/treinamento\\_do\\_cerebro.html](https://www.funnygames.com.br/jogo/treinamento_do_cerebro.html)



# DESENVOLVENDO HABILIDADES



**FPS**  
Faculdade  
Pernambucana  
de Saúde

Já pensou em utilizar este período de férias para desenvolver habilidades que te favoreçam na vida estudantil e/ou profissional?

1. O domínio de um ou mais **idioma (s) estrangeiro (s)**, atualmente, é quase um requisito obrigatório para inserção e consolidação da carreira no mercado de trabalho.

Trazemos abaixo algumas sugestões de aplicativos campeões no ranking de downloads da categoria nas lojas Google Play e Apple Store. Eles prometem estimular audição, escrita e fala de forma dinâmica, contendo exercícios específicos para o nível de fluência do usuário. Dá uma conferida:



**Duolingo**



**Babbel**



**Busuu**



**Rosetta Stone**



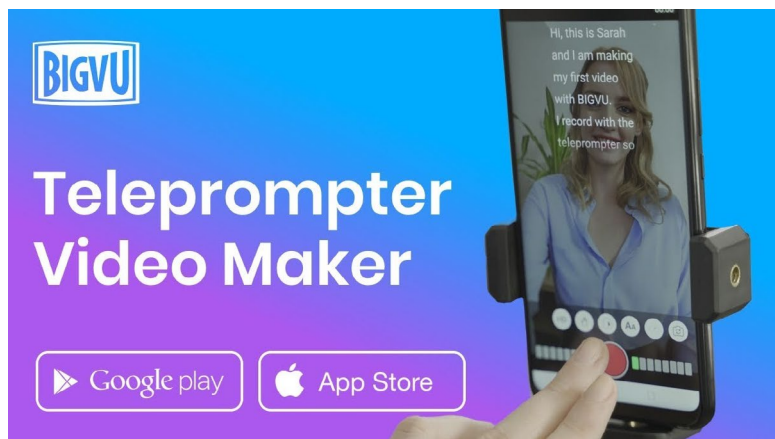
**HiNative**



**Upmind**

2. Comunicar-se bem, num idioma estrangeiro ou na sua língua nativa, é uma habilidade desejada por todos. Praticar a arte da oratória pode te tornar um estudante/profissional mais preparado para encarar os desafios do dia a dia .

Para te auxiliar, que tal utilizar o **"BIGVU"** para gravar um vídeo a partir da câmera do seu celular enquanto você lê um script, simultaneamente?



Caso sinta falta de um público que simule o ambiente real, indicamos o **"VIRTUALSPEECH"**, que te permite treinar a comunicação oral em diferentes cenários.





3. Inclusão de deficientes auditivos deve ser levada em consideração no desenvolvimento das habilidades de comunicação do estudante/profissional de saúde moderno. Sugerimos para treinamento a companhia de Hugo, o intérprete 3D mais simpático do Brasil, segundo o aplicativo “**HAND TALK**”. O aplicativo traduz automaticamente textos e áudios para a Língua Brasileira de Sinais (Libras).



4. Habilidades manuais, tão solicitadas na área da saúde, também podem ser estimuladas neste período de isolamento com a prática de origami, por exemplo. Trata-se de uma arte milenar chinesa que tem como base a criação de formas por meio da dobradura de papéis sem o uso de cortes. A seguir, confira diferentes canais gratuitos do Youtube com suas especificidades; clique no título do canal e tenha acesso ao conteúdo:

- [Jo Nakashima](#) - origamis mais modernos e diferentes, como enfeites natalinos e logos de empresas como o Facebook;
- [Shiny Origami](#): animais clássicos a objetos de brincadeira e decoração;
- [Easy Origami](#): animais e objetos;
- [David Boe](#): armas de guerra, tanques e aviões;
- [Isa Klein](#) – Cabulete: flores e laços;
- [Paper Folding Channel](#): conteúdos diversos.

5. A pintura também pode te auxiliar no treino de coordenação e concentração. Propomos no **apêndice A** deste e-book alguns desenhos para você imprimir e colorir.

# DI CAS PARA RELA XAR



**FPS**

Faculdade  
Pernambucana  
de Saúde

Segundo o Aurélio, “relaxar” significa diminuir a tensão de algo; descansar, repousar; dispensar de uma obrigação. Nesta perspectiva, o que te faz relaxar? Você tem se dedicado a momentos que te promovem alívio de tensões?

Este é um tópico bem particular! Mas trazemos aqui algumas dicas para dinamizar este quesito “relaxamento”, durante o período de isolamento:

## 1. Fotografia:

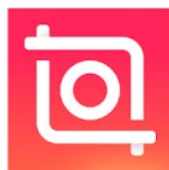
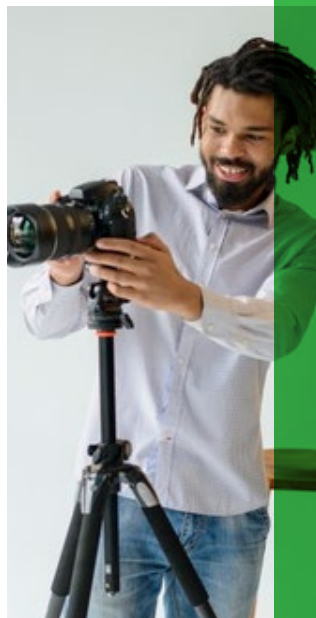
Dedique-se um pouco à arte da fotografia e registre com leveza e sensibilidade os pequenos acontecimentos do seu dia a dia. Edite fotos, coleciona momentos, construa memórias afetivas!

Dica de curso de fotografia online:

<https://certificadocursosonline.com/cursos/curso-de-fotografia-digital/>

Dica de aplicativo para edição de fotos (e vídeos):

**InShot**



## 2. Lettering:

Aprenda a desenhar letras ao invés de escrevê-las apenas! Expresse seus sentimentos na escrita, com criatividade e identidade visual singular. Quer saber mais a respeito? Acesse o canal abaixo e confira:

<https://www.youtube.com/channel/UCSaY0H-ZEMtHJSaKHRssdt6g>

### 3. Organização de coisas:

Ter a garantia de encontrar facilmente tudo que deseja poupa tempo e te dá segurança; consequentemente, te ajuda a relaxar. Assista a série “Minha vida organizada” e aprenda como a organização pode ajudar a sua vida, pilares da organização residencial, benefícios de uma vida organizada, técnicas para criar uma rotina de organização, diferenças entre arrumação e organização, dentre outros assuntos.

Link para inscrição na série:

<https://bitlybr.com/uJZV1lz>



### 4. Meditação:

A meditação é uma técnica que desenvolve habilidades como concentração, tranquilidade e foco no presente; auxilia na conexão própria, libera a mente de pensamentos negativos e diminui níveis de estresse. Conheça mais:

<https://www.youtube.com/channel/UCPpL7YTaY-vSAcq9RtqWqa9w>

[https://www.youtube.com/watch?v=r\\_oozyhRY-QU](https://www.youtube.com/watch?v=r_oozyhRY-QU)

### 5. Yoga:

É uma forma de movimentar o corpo, harmonizando o movimento com a mente e a respiração. Acalme a mente e trabalhe a consciência corporal! Conheça mais:

[https://www.youtube.com/channel/UCehH0gfC-ivKz\\_htoMHxHtA](https://www.youtube.com/channel/UCehH0gfC-ivKz_htoMHxHtA)

<https://www.youtube.com/watch?v=SN9MIrngx-ZA>



# VOLTA AO MUNDO



**FPS**

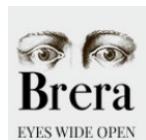
Faculdade  
Pernambucana  
de Saúde

Você já pensou em visitar 30 museus do mundo inteiro sem sair de casa? Sim, é possível! Embarque nesta viagem e aprecie as mais belas produções culturais!

### **Pinacoteca di Brera**

**Localização:** Milão na Itália

**Sobre:** Considerada um dos museus mais importantes da cidade de Milão. Contém coleções de arte e obras de grandes artistas como Rafael e Caravaggio.



Visita online: <https://pinacotecabrera.org/en/collezioni/>.

### **Galleria Degli Uffizi**

**Localização:** Florença na Itália

**Sobre:** Palácio situado em Florença, que abriga um dos mais antigos e famosos museus do mundo. Exibe obras do século XII ao século XVIII, incluindo obras do período renascentista e artistas como Caravaggio, Leonardo da Vinci, Michelangelo, Rafael, Rembrandt e Sandro Botticelli.



Visita online: <https://www.uffizi.it/en/online-exhibitions>.

### **Musei Vaticani**

**Localização:** Roma na Itália

**Sobre:** Museus do Vaticano são um conjunto de museus da Santa Sé que abrigam extensas e valiosas coleções de arte e antiguidades colecionadas ao longo dos séculos pelos diversos pontífices romanos. A famosa Capela Sistina, com seu incrível afresco pintado por Michelangelo, faz parte dos Museus do Vaticano. Você também pode visitar obras gregas, egípcias e italianas.



Visita online: <http://www.museivaticani.va/content/museivaticani/en/collezioni.html>.

## **Museo Archeologico**

### **Localização: Atenas na Grécia**

**Sobre:** Ligado ao Ministério da Cultura da Grécia, é um dos mais importantes museus de antiguidades do mundo. Possui uma grande coleção de artefatos e obras de arte da civilização grega, desde os seus primórdios até o fim da era romana.

Visita online: <https://www.namuseum.gr/en/collections/>



## **Museu del Prado**

### **Localização: Madrid na Espanha**

**Sobre:** É o mais importante museu da Espanha. Possui várias artes espanholas, em especial da família real.

Visita online: <https://www.museodelprado.es/en/the-collection>.



## **Musée du Louvre**

### **Localização: Paris na França**

**Sobre:** Monumento histórico em Paris; museu mais visitado do mundo. Possui 38.000 objetos da pré-história ao século XXI. Inclui obras como a Mona Lisa, Vênus de Milo, Vitória de Samotrácia e outras.

Visita online: <https://www.louvre.fr/en/visites-en-ligne>.



## **British Museum**

### **Localização: Londres na Inglaterra**

**Sobre:** Inclui importantes peças com grande valor para história mundial, como a Pedra de Roseta e os frisos do Partenon de Atenas.

Visita online: <https://www.britishmuseum.org/collection>.



## **Metropolitan Museum**

### **Localização: New York nos Estados Unidos**

**Sobre:** Conhecido informalmente como The Met, inclui obras de artistas como Monet, Picasso e Van Gogh, além de contar a história da arte egípcia, asiática, islâmica, americana e europeia.



Visita online: <https://www.metmuseum.org/blogs/now-at-the-met/2020/digital-digest>.

## **Rijksmuseum**

### **Localização: Amsterdam na Holanda**

**Sobre:** O Rijksmuseum (“Museu do Estado”, em holandês) é o museu nacional dos Países Baixos, localizada em Amsterdam. Conta a história holandesa e possui obras como A Ronda Noturna de Rembrandt, A Leiteira de Johannes Vermeer e Retrato do casal Isaac Abrahamsz Massa e Beatrix van der Laen de Frans Hals (1622).

Visita online: <https://www.rijksmuseum.nl/en/rijksstudio>.

## **National Gallery of art**

### **Localização: Washington nos Estados Unidos**

**Sobre:** Situada no National Mall em Washington, Estados Unidos, possui obras de artistas como Monet, Cézanne, Dalí, Van Gogh e Leonardo da Vinci, além de nomes importantes da arte norte americana.

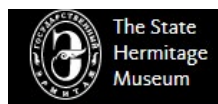


Visita online: <https://www.nga.gov/collection.html>.

## **Hermitage**

### **Localização: São Petersburgo na Rússia**

**Sobre:** É um dos maiores museus de arte do mundo. Sua vasta coleção possui itens de diversos períodos da história, assim como de muitos estilos e países. Há obras de Leonardo da Vinci. Sua biblioteca possui mais de 700 000 títulos sobre arte, cultura, arquitetura e história.



Visita online:

[https://www.hermitagemuseum.org/wps/portal/hermitage/panorama/virtual\\_visit/](https://www.hermitagemuseum.org/wps/portal/hermitage/panorama/virtual_visit/)

## **Art Institute of Chicago**

### **Localização: Chicago nos Estados Unidos**

**Sobre:** São mais de 300 mil peças guardadas pelos dois leões de bronze que encantam os visitantes na entrada do prédio. Um dos mais disputados quadros do museu é a obra





“American Gothic”, pintada pelo americano Grant Wood em 1930. A visita online contém áudio, permitindo saber mais sobre cada obra.

Visita online: <https://www.artic.edu/>

### **Pinacoteca**

**Localização: São Paulo no Brasil.**

**Sobre:** Apresenta um belíssimo acervo, que começou com apenas 26 quadros e hoje conta com mais de 9.000 obras de arte. O destaque é a coleção de artistas nacionais, especialmente dos séculos XIX e XX, entre eles: Benedito Calixto, Pedro Alexandrino, Victor Meirelles, Eliseu Visconti, José Ferraz de Almeida Junior e Anita Malfatti.

Visita online: <http://pinacoteca.org.br/>

### **Casa de Anne Frank**

**Localização: Amsterdam na Holanda**

**Sobre:** Conta a história da menina de origem judia que se refugiou com a família na casa de vizinhos que os protegeram durante a invasão nazista aos Países Baixos, em 1942. Virtualmente é possível assistir a diversos vídeos sobre a vida e o diário de Anne Frank, visitar a sala onde ela e a família ficaram escondidas por mais de dois anos durante a Segunda Guerra Mundial e também a casa onde moravam antes da grande guerra. Quem tiver disponível óculos de realidade virtual poderá usá-los em uma sessão especial.

Visita online: <https://www.annefrank.org/en/museum/web-and-digital/>

### **Museu d'Orsay**

**Localização: Paris na França**

**Sobre:** Funciona dentro de uma magnífica estação ferroviária construída em 1900, apresenta a arte na França, Europa e Estados Unidos do período de 1848 a 1914. Virtualmente é possível conhecer mais sobre o acervo e história da arte em diversos vídeos educativos e ainda percorrer os corredores e ver em detalhes as principais obras por meio do Google Arts & Culture.

# Pina\_

anne frank house

Visita online: <https://m.musee-orsay.fr/>

## **Museu Nacional de Antropologia**

**Localização: Cidade do México no México**

**Sobre:** Os maiores destaques do museu estão na sala dos povos mexicas (povos astecas), a exemplo da Pedra do Sol. As grandiosas esculturas que representam os deuses de Teotihuacán também são destaque.

Visita online: <https://www.mna.inah.gob.mx/>

## **Newseum**

**Localização: Washington nos Estados Unidos**

**Sobre:** Conta a história dos fatos mais relevantes dos Estados Unidos e do mundo através das notícias. Você poderia conferir a primeira página de mais de 800 jornais de todo mundo, todos os dias; participar de aulas, discussões e seminários; e se aprofundar nos temas mais importantes da história com textos e vídeos.

Visita online: <https://www.newseum.org/>

## **National Air and Space Museum**

**Localização: Washington nos Estados Unidos**

**Sobre:** O museu conta com o maior acervo original de aeronaves e naves espaciais do mundo, que vão do avião dos irmãos Wright ao Módulo Lunar LM-2. Há, também, exemplares de foguetes, sondas, satélites, meteoritos e câmeras que registraram imagens do espaço. No site, também é possível se divertir com jogos em telas interativas, vídeos, fotos e muitas informações.

Visita online: <https://airandspace.si.edu/>

## **MASP**

**Localização: São Paulo no Brasil**

**Sobre:** Principal museu de São Paulo, famoso pelos quatro pilares vermelhos que apoiam o grande vão livre de 74 metros. Entre as obras do museu, destacam-se nomes nacionais como: Cândido Portinari, Di Cavalcanti, Anita Malfatti e Almeida Junior. A arte internacional é representada por:



Rafael, Mantegna, Botticelli, Delacroix, Renoir, Manet, Monet, Degas, Cézanne, Picasso, Modigliani, Toulouse-Lautrec, Van Gogh, Matisse e Chagall, entre outros. Virtualmente você poderá conhecer o acervo do museu, acessar galerias e detalhes das peças em exposição.

Visita online: <https://masp.org.br/>

### **Museu Pablo Picasso**

**Localização: Barcelona na Espanha**

**Sobre:** O museu dedica-se à obra do pintor espanhol Pablo Picasso. Conta com um acervo de mais de 4 mil obras compondo a coleção permanente e que remetem, principalmente, às fases iniciais do artista; as obras estão divididas em salas de acordo com o amadurecimento do pintor ao longo dos anos.



Visita online: <http://www.museupicasso.bcn.cat/>

### **Museu Reina Sofia**

**Localização: Madrid na Espanha**

**Sobre:** Funciona em um prédio do antigo Hospital Geral de San Carlos, mas conta com arquitetura moderna e abriga produções da arte contemporânea espanhola. São obras de artistas como Picasso, Salvador Dalí e Joan Miró, entre outros; o destaque do museu é o quadro Guernica, de Picasso.



Visita online: <https://www.museoreinasofia.es/en>

### **Museu de Arte Moderna de Nova York (MoMa)**

**Localização: Nova York nos Estados Unidos**

**Sobre:** Algumas das obras mais importantes exibidas no MoMA são: Noite estrelada de Van Gogh, Les demoiselles d'Avignon de Picasso, A Persistência da Memória de Dalí e Interior Holandês do Miró.

**MoMA**

Visita online: <https://www.moma.org/>

### **Yad Vashem Museu do Holocausto**

**Localização: Jerusalém em Israel**

**Sobre:** Este museu guarda memórias de quem viveu a Segunda Guerra Mundial e apresenta aos visitantes detalhes da his-



tória de milhões de judeus.

Visita online: <https://www.yadvashem.org/>

### **Van Gogh Museum**

**Localização: Amsterdam na Holanda**

**Sobre:** Trata-se do maior acervo mundial do pintor Vincent van Gogh. Pode-se, inclusive, comparar as suas obras às de outros artistas do século XIX. A coleção permanente do museu inclui mais de 200 pinturas de Van Gogh e muitos desenhos e cartas.



Visita online: <https://www.vangoghmuseum.nl/>

### **The Guggenheim**

**Localização: Nova York nos Estados Unidos**

**Sobre:** Museu de arte moderna localizado próximo ao Central Park, mantido pela Fundação Solomon R. Guggenheim.

Visita online: <https://www.guggenheim.org/>



### **The Getty Center**

**Localização: Los Angeles nos Estados Unidos.**

**Sobre:** Grande complexo cultural, cuja coleção apresenta arte ocidental desde a Idade Média até os dias de hoje. Destaca-se pela estrutura envidraçada, onde as obras de arte são apreciadas à luz natural.

Visita online: <http://www.getty.edu/>



### **National Museum of Modern and Contemporary Art**

**Localização: Gwacheon na Coreia do Sul.**

**Sobre:** é um museu de arte contemporânea com o museu principal em Gwacheon e três filiais em Deoksugung, Seul e Cheongju. O museu foi fundado em 1969 como o único museu nacional de arte do país que acomoda arte moderna e contemporânea da Coreia e arte internacional de diferentes períodos.



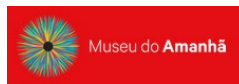
National Museum of  
Modern and Contemporary Art, Korea

Visita online: <http://www.mmca.go.kr/eng/>

## **Museu do Amanhã**

**Localização:** Rio de Janeiro no Brasil

**Sobre:** É um museu de ciências que tem como objetivo explorar as possibilidades do futuro. Por meio de ambientes audiovisuais, instalações interativas e jogos, o público é levado a examinar o passado, entender as várias tendências da atualidade e imaginar futuros possíveis para os próximos 50 anos.



Visita online: <https://museudoamanha.org.br/#>

## **La Casa Azul – Museu Frida Kahlo**

**Localização:** Cidade do México no México

**Sobre:** Museu-casa histórico e museu de arte dedicado à vida e à obra da artista mexicana Frida Kahlo. Contém uma coleção de obras de arte de Frida Kahlo, seu marido Diego Rivera e outros artistas, além de objetos de arte popular mexicana, artefatos pré-hispânicos, fotografias, objetos e itens pessoais. A coleção é exposta em todos os cômodos da casa, que permanece muito como era na década de 1950, habitada por Frida.



Visita online: <https://www.museofridakahlo.org.mx/es/el-museo/>

## **Ohara Museum of Art**

**Localização:** Kurashiki no Japão

**Sobre:** Museu conhecido no mundo como um museu particular, com seu próprio caráter, refletindo a cultura japonesa.



Visita online: <https://www.ohara.or.jp/>

**Para finalizar, aproveita esta dica:**

## **Google Arts & Culture**

Para ter acesso a museus do mundo inteiro, basta baixar o aplicativo, disponível para iOS e Android. Com uma ferramenta parecida com o Google Street View, você pode passear pelas salas e corredores de museus. Além de oferecer os passeios, muitos dos museus também oferecem coleções online detalhadas de suas obras-primas.

APÊNDICE A:

DESE  
NHOS  
PARA  
COLO  
RIR



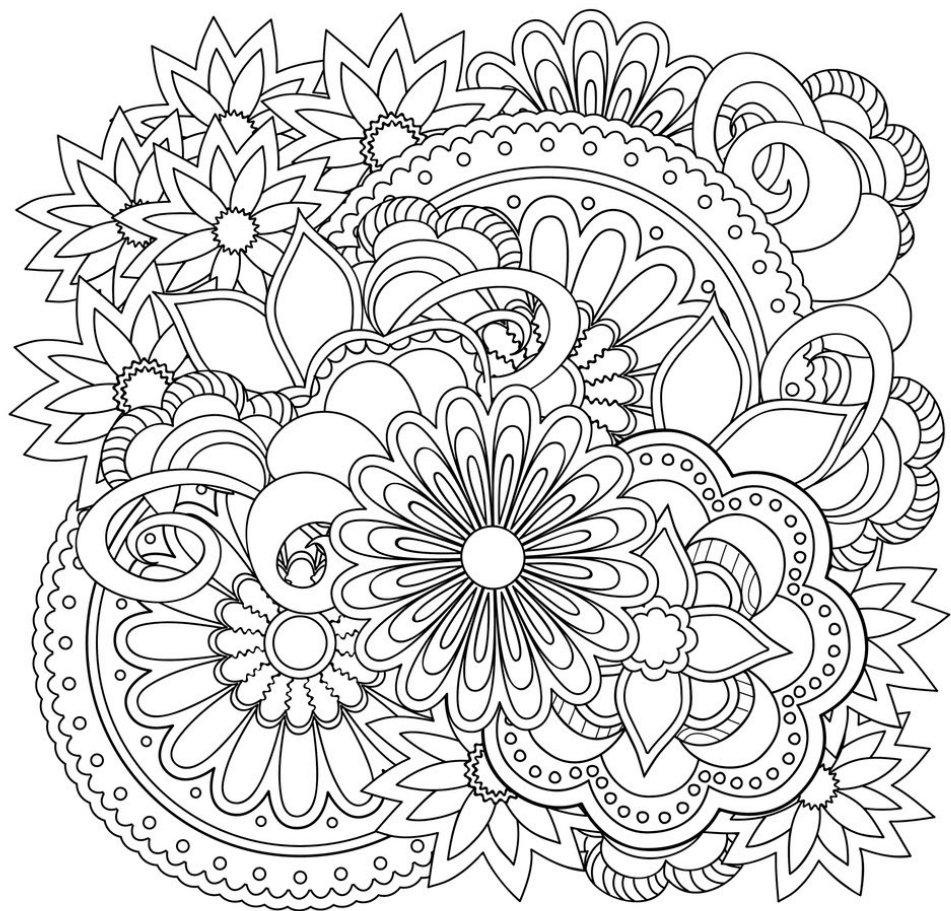
**FPS**  
Faculdade  
Pernambucana  
de Saúde

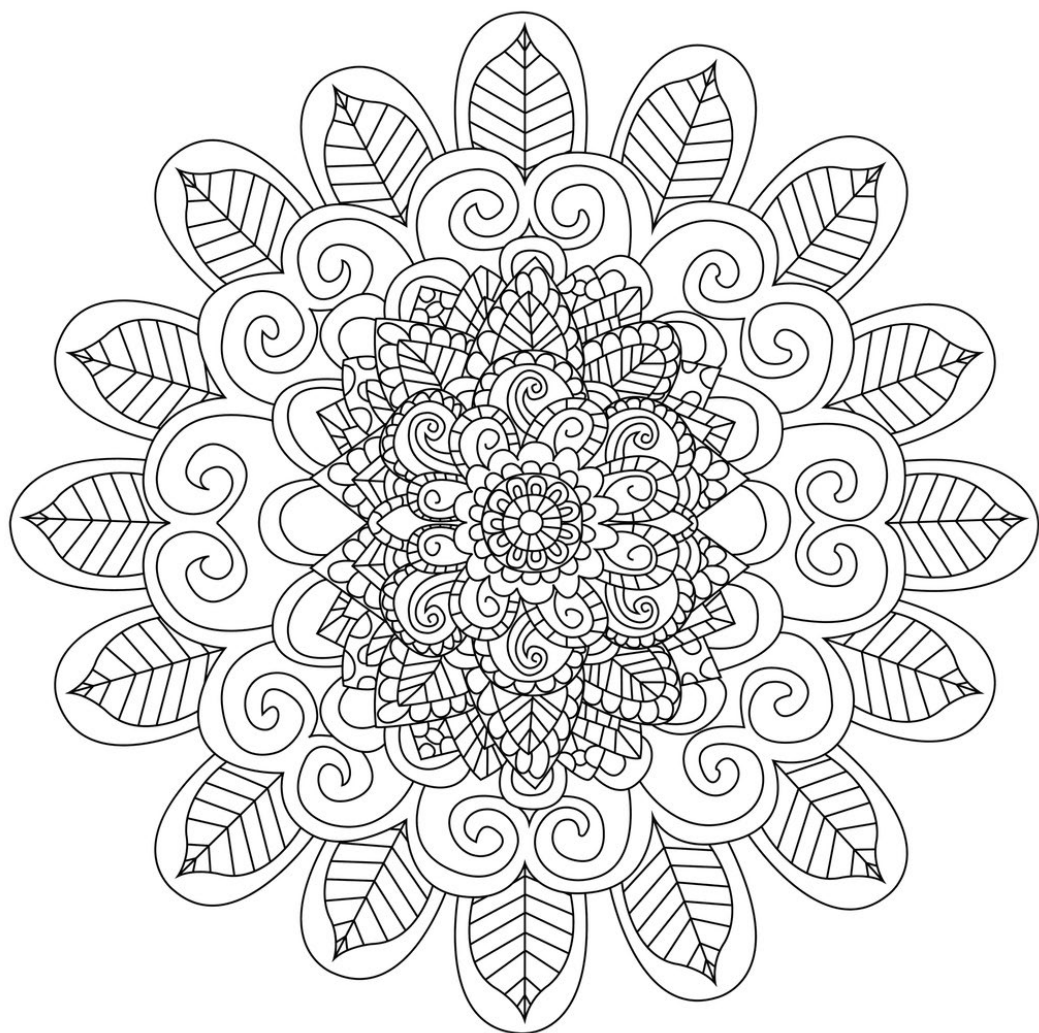














**FPS**

Faculdade  
Pernambucana  
de Saúde

**FPS.  
EDU.  
BR**