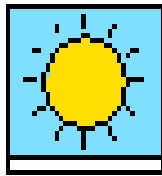
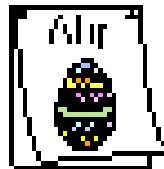


DIA MUNDIAL DA VOZ

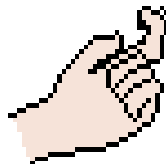


16

O DIA MUNDIAL DA VOZ É A 16



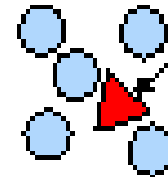
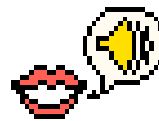
DE ABRIL.



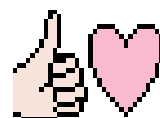
A NOSSA VOZ VEM DA GARGANTA.



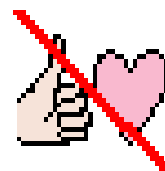
1



CADA PESSOA TEM UMA VOZ DIFERENTE.






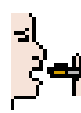




HÁ COISAS QUE FAZEM BEM À VOZ E









HÁ COISAS QUE FAZEM MAL.



DIA MUNDIAL DA VOZ






-    BEBER ÁGUA DURANTE O DIA.




-      COMER MAÇÃS E LARANJAS E BEBER SUMO DE LIMÃO.





-  FAZER EXERCÍCIO FÍSICO.




-      NÃO COMER ALIMENTOS MUITO FRIOS.





-   NÃO GRITAR.



-      NÃO VESTIR ROUPAS MUITO APERTADAS.

-    NÃO TOSSIR MUITO.

-     NÃO COMER MUITOS FRITOS.

-    NÃO ESTAR EM AMBIENTES POLUÍDOS.

-     NÃO FALAR EM LUGARES COM MUITO BARULHO.

-   NÃO FUMAR.