

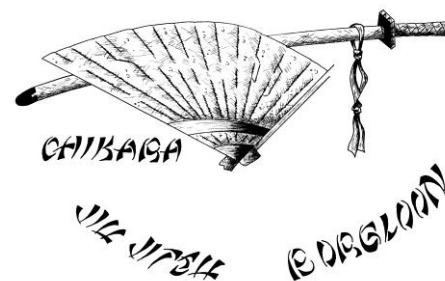
Tandletsel

Gebitsletsel kan ontstaan door bijvoorbeeld een bal in het gezicht, vechten of vallen.

Wat te doen bij tandletsel

- Laat bij een uitgeslagen tand het slachtoffer zitten.
- Zoek de uitgeslagen tanden of kiezen.
- Pak de uitgeslagen tand vast aan de kroon (niet aan de wortel) en spoel deze vluchtig schoon met bij voorkeur melk of eventueel water. Let er op, dat u de tand niet door de gootsteen spoelt (gebruik de stop).
- Plaats de tand terug, wanneer duidelijk is waar en hoe deze geplaatst moet worden (niet bij melktanden).
- Bewaar anders de uitgeslagen tand in melk, in de mond van het slachtoffer of in een bekertje met wat speeksel. De tand mag in geen geval uitdrogen.
- Duw met een gaasje een bloedend (snij)wondje in de lip (ontstaan door de tand) dicht.

Ga met tandletsel altijd direct naar een tandarts!



Clubblad Jiu-Jitsu CHIKARA

Trainingen : dinsdag 19u30 – 21u00
zaterdag 13u30 – 15u00
Plaats : Jeugdhuis Aurora Borgloon

Jaargang 6 editie 05

Beste sportvrienden Jiu-Jitsu Chikara

- ❖ 03 mei 2014 is er geen les.
- ❖ Nationale training gaat door op 04 mei 2014 in de sporthal te Landen Sportlaan 1 3400 Landen.
- ❖ Denk er ook aan om begin mei het lesgeld te betalen voor trimester 2 (mei, juni, juli en augustus).

Er blijft natuurlijk ook onze website.

De redactie

Vergeet niet moest je iets weten om te vermelden in ons clubblad stuur het zeker door naar onderstaand emailadres.

Email: tommy.hoebregs@telenet.be

Website: www.jiujitsu-chikara.be



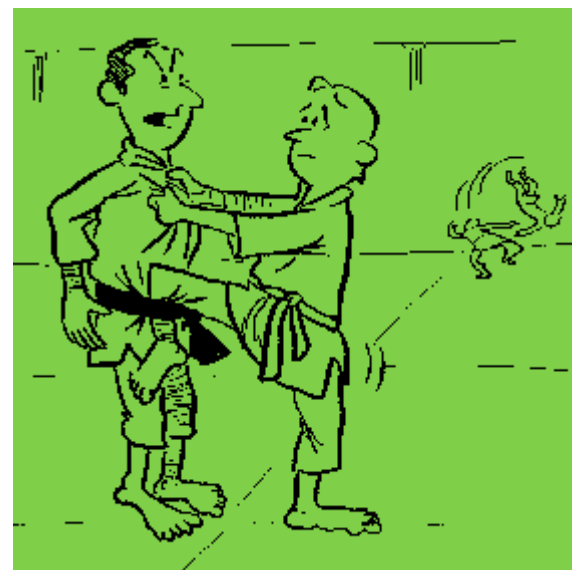
Proficiat met het behalen van je gele gordel Jo.



Even Lachen



Wie heeft dit gedaan?



Je moet mij eens vertellen waar jij Jiu-Jitsu hebt geleerd?