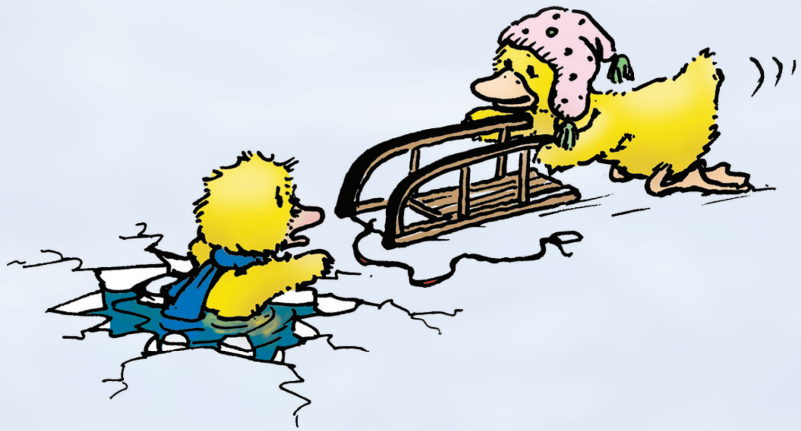


9. Um das Gewicht zu verteilen, rette andere mit einem Brett, einer Leiter oder einem umgedrehten Schlitten.



11. Rufe nach der Rettung einen Notarzt. Eine Unterkühlung kann lebensbedrohlich sein.



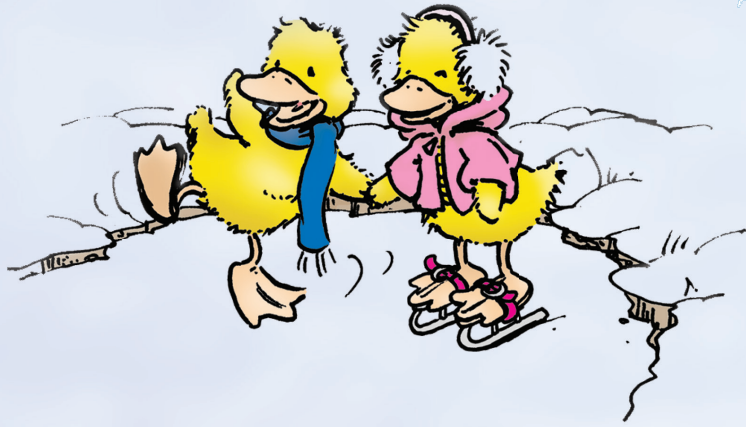
10. Wärme den Geretteten mit Decken und trockenen Kleidern wieder auf und bringe ihn in einen beheizten Raum. Versorge ihn mit heißen, zuckerhaltigen Getränken, auf keinen Fall mit Alkohol.

Eisregeln



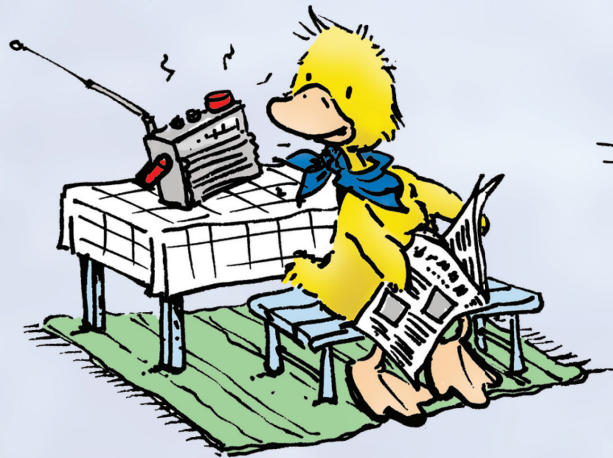
Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.
Im Niedernfeld 1-3 · 31542 Bad Nenndorf · www.dlrg.de

1. Gehe nicht gleich an den ersten kalten Tagen aufs Eis!



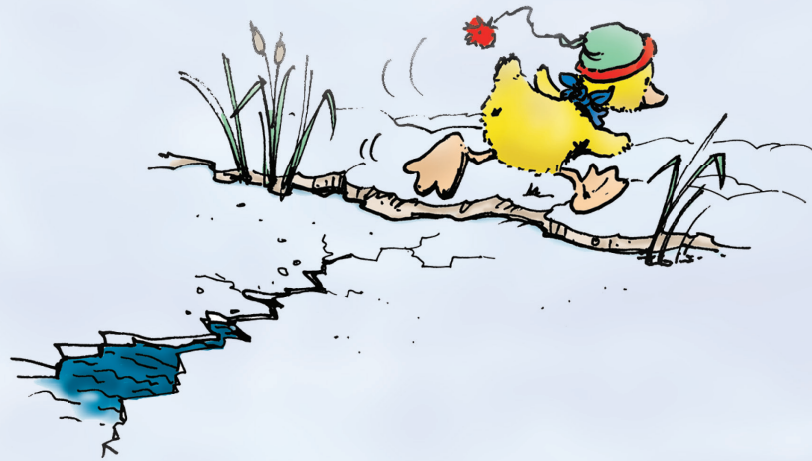
2. Gehe nie allein aufs Eis!

3. Achte auf Warnungen im Radio und in der Zeitung!



4. Erkundige dich beim zuständigen Amt, ob das Eis schon trägt!

5. Betritt einen See erst, wenn das Eis 15 Zentimeter dick ist. Ein fließendes Gewässer erst, wenn das Eis 20 Zentimeter dick ist.



6. Verlasse das Eis sofort, wenn es knistert und knackt!



7. Lege dich flach aufs Eis und bewege dich vorsichtig auf dem gleichen Weg zurück Richtung Ufer, wenn du einzubrechen drohst.

8. Rufe nie um Hilfe, wenn du nicht wirklich in Gefahr bist, aber hilf anderen, wenn sie Hilfe brauchen.