Die Eisregeln
The Ice Rules

Gehe nicht gleich an den ersten kalten Tagen aufs Eis.
Don’t venture on to the ice on the first day of the freeze.

Informiere dich im Radio oder im Internet über Wetter-Warnungen.
Pay attention to any weather warnings on social media, in newspapers or on the radio.

Betritt den See erst, wenn das Eis 15 Zentimeter dick ist und wenn er freigegeben ist.
The ice must be at least 15 cm thick on a lake or non-flowing body of water.

Erkundige dich bei den zuständigen Behörden, ob das gefrorene Gewässer zum Betreten freigegeben ist.
Check with the relevant administrative office to see whether the ice is already starting to thin out.

Auf einem fließenden Gewässer muss das Eis mindestens 20 Zentimeter dick sein.
The ice must be at least 20 cm thick on a flowing body of water.

Geh nie allein aufs Eis.
Never head out on to the ice alone.

Hilf anderen, wenn sie Hilfe brauchen. Bringe aber nicht dich selbst in Gefahr.
Help others when they need assistance, but look after your own safety first.

Verlasse sofort das Eis, wenn es knistert und knackt.
Leave the ice immediately if it creaks or cracks.

Wenn du einzubrechen drohst, lege dich flach auf feste Eisschichten und bewege dich vorsichtig auf dem Weg, auf dem du gekommen bist, zurück in Richtung Ufer.
If you feel the ice giving way try to lie down flat on a thicker section and carefully move back toward the shore in the direction you came from.

Wenn jemand in Gefahr ist, rufe die Notfallnummer 112 an. Hilf du selbst nur, wenn du dich dadurch nicht in Gefahr bringst. Sonst warte auf den Rettungsdienst.
Hypothermia can be life-threatening, so call an ambulance immediately after a rescue.

Um das Gewicht zu verteilen, kann man ein Brett oder eine Leiter zur Hilfe nehmen. Man sollte auch immer eine Armverlängerung benutzen, z. B. einen Schal.
Use a board, ladder or upside-down sled to distribute weight evenly when rescuing someone. Always try to create an extension of your arm, for example, by using a scarf or branch.

Die gerettete Person muss mit Decken und trockener Kleidung wieder aufgewärmt und in einen beheizten Raum gebracht werden. Sie benötigt warme, zuckerhaltige Getränke, auf keinen Fall Alkohol.
Warm the rescued person up with blankets and dry clothing. Take them to a heated room and provide them with warm, sugary drinks. Definitely to not give them alcohol.

In Zusammenarbeit mit: Working in partnership with:

Jugend der Deutschen
Lebens-Rettungs-Gesellschaft
Landesverband Bayern e.V.

www.bayern.dlrg-jugend.de

Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.

www.bayern.dlrg.de

VERSICHERUNGSKAMMER BAYERN

324086; 12/23