1. При переходе водоема по льду следует пользоваться оборудованными ледовыми переправами или проложен­ными тропами, а при их отсутствии необходимо убедиться в прочности льда с помощью пешни, палки.
2. Во время движения по льду сле­дует обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега. Особую осторожность необходимо проявлять в местах, где быстрое тече­ние, родники, выступают на поверх­ность кусты, трава, вливаются теплые сточные воды промышленных пред­приятий, ведется заготовка льда и тому подобное. Безопасным для пере­хода является лед с зеленоватым от­тенком и толщиной не менее 7 сан­тиметров.
3. При переходе по льду группами необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5-6 метров и быть гото­вым оказать помощь впереди идуще­му. Перевозка грузов производится на санях или других приспособленных средствах с возможно большей площа­дью опоры на поверхность льда.
4. При переходе водоема по льду на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжней, а при ее отсут­ствии, прежде чем двигаться по це­лине, следует отстегнуть крепление лыж и снять петли лыжных палок с кистей рук. Рюкзак   или   ранец необходимо взять на одно плечо. Рас­стояние между лыжниками должно быть 5-6 метров. Во время движения лыжник, идущий первым, ударами палок проверяет прочность льда и следит за его состоянием.
5. Во время рыбной ловли нельзя пробивать место лунок на ограничен­ной площади и собираться больши­ми группами. Каждому рыболову рекомендуется иметь спасательное средство в виде шнура длиной 12-15 метров, на одном конце которого дол­жен быть закреплен груз весом 400 -500 граммов, а на другом - изготовле­на петля. Помните! Крепкий лед име­ет ровную гладкую поверхность без трещин, голубоватого оттенка. Если лед трещит и прогибается под тяже­стью человека, значит, он непрочный.
6. Чтобы уменьшить вероятность проламывания льда и попадания в холодную воду, необходимо знать и выполнять следующие основные пра­вила:

- прежде чем выйти на лед, убеди­тесь в его прочности, помните, что человек может погибнуть в воде в результате утопления, шока, от переох­лаждения организма после попадания в ледяную воду через 15-20 минут;

- в случае появления типичных признаков непрочности льда (треск, прогибанние льда, появления воды на поверхности льда) - немедленно вер­нитесь на берег, идите, широко расстав­ив ноги, не отрывая их от поверхнос­ти льда, в крайнем случае, ползите;

- не допускайте скопления людей и грузов в одном месте на льду;

- исключите случаи пребывания на льду в плохую погоду: туман, сне­гопад, дождь, а также ночью;

- не катайтесь на льдинах, обхо­дите перекаты, полыньи, проруби, край льда. При отсутствии уверенно­сти в безопасности пребывания на льду лучше обойти опасный участок по берегу или дождаться надежного замерзания водоема;

-  никогда не проверяйте проч­ность льда ударом ноги;

- с целью обеспечения безопасно­сти движения по льду необходимо исключить случаи возникновения сосредоточенной нагрузки на нем, это достигается путем сохранения безо­пасного расстояния между людьми.

Бывают случаи, когда по­страдавший не может самостоятельно выбраться из воды, в этой ситуации ему нужна срочная помощь. Делать это следует незамедлительно и очень ос­торожно:

* если беда произошла недалеко от берега и пострадавший способен к активным действиям, ему нужно бро­сить шарф, подать длинную палку, доску и так далее;
* сообщите пострадавшему кри­ком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность, на­дежду;
* действовать нужно смело, реши­тельно, быстро, поскольку пострадав­ший теряет силы, замерзает, в любой момент может погрузиться под воду;
* после извлечения из воды пост­радавшего следует незамедлительно отогреть.

