



- Vær varsom i terreng brattere enn 30 grader, om det nylig har vært vind og falt snø.
- Når temperaturen brått stiger fra minus til plussgrader går det ofte naturlige skred.
- Lytt etter drønn i snøen.
- Se etter tegn i snøen som sprekker eller ferske skred
- Fjellsider og skråninger som ligger i le for vinden samler mest snø og er mest utsatt for flaskred
- Øv kameratredning
- Er du i tvil om et heng er sikkert, tenk på konsekvensene av å bli tatt. Er det stup nedenfor? Trær og stein? Utsett færrest mulig for fare ved å kjøre en og en. Vurder nøye og det finnes bedre et alternativ.
- Dersom du løser ut et skred, prøv å kjøre ut til siden.
- Blir du dratt med nedover, prøv å holde deg på overflaten med «svømmende» bevegelser. Blir du dratt under, prøv å få en hånd foran munn og nese.
- Blir kameraten tatt, søk selv minst en halvtime/trekvarter og gå deretter hjelp (ring med en gang dersom du har mobil)
- Ha alltid med skredsøker, søkestang og spade
- Lytt til skredvarsler og værmelding hver dag
- Ta et skredsikkerhetskurs

(Kilde: Rjukan lag- Norske redningshunder)