

19 января православный мир отмечает праздник Крещения Господня, или Богоявления.



Для того, чтобы праздник не омрачился несчастным случаем на воде, необходимо соблюдать следующие правила:

1. Перед купанием в проруби разогреть тело, сделав разминку, пробежку;
2. К проруби необходимо подходить в удобной, нескользкой и легко снимаемой обуви, чтобы предотвратить

потери чувствительности ног. Лучше использовать ботинки или шерстяные носки для того, чтобы дойти до проруби. Возможно использование специальных резиновых тапочек, которые также защищают ноги от острых камней и соли, а также не дадут вам скользить на льду. На пути к проруби надо помнить, что дорожка может быть скользкой, поэтому идти следует медленно;



3. Убедиться, что лестница для спуска в воду устойчива. По крайней мере, для подстраховки необходимо опустить в воду край прочной толстой веревки с узлами, с тем, чтобы люди могли с ее помощью выйти из воды. Противоположный конец веревки должен быть надежно закреплен на берегу.

Запрещается:

- купание в купели до освящения её представителем Русской Православной Церкви;
- купание без представителей служб спасения и медицинских работников;
- купание детей без присмотра родителей или взрослых;
- нырять в воду непосредственно со льда;
- загрязнять и засорять купель;
- распивать спиртные напитки, купаться в состоянии алкогольного опьянения;
- подавать крики ложной тревоги;
- подъезжать к купели на автотранспорте;
- не нырять в прорубь вперед головой.

Прыжки в воду и погружение в воду с головой не рекомендуются, так как это увеличивает потерю температуры и может привести шоку от холода;

- при входе в воду первый раз старайтесь быстро достигнуть нужной вам глубины, но не плавайте, не стоит находиться в проруби более 1 минуты во избежание общего переохлаждения организма.

Кроме того, рядом с прорубью на льду одновременно не должно находиться более 20 человек; запрещается купание группой, в которой одновременно — более 3 человек.

Государственный инспектор ТОНД 3

Жук Н.Н.