

Правила безопасности при крещенском купании

В ночь с 18 на 19 января православные отмечают Крещение Господня, или Святое Богоявление. В его преддверии, управление по Центральному району Главного управления МЧС России по г. Санкт-Петербургу напоминает основные правила безопасности при крещенском купании:

— помните, что при ряде хронических заболеваний погружение в ледяную воду противопоказано;

— купание стоит проводить только в специально оборудованных для этого местах;

— перед купанием сделайте разминку или пробежку, тем самым разогрев тело;

— купание в состоянии алкогольного опьянения запрещено;

— подходите к проруби медленно, чтобы избежать падения на скользкой дорожке, в удобной и не скользкой обуви;

— не стоит находиться в проруби более одной минуты, чтобы не допустить переохлаждения;

— не ныряйте в прорубь;

— не допускайте купания детей без участия взрослых;

— выйдя из воды, разотрите себя и ребенка полотенцем и наденьте сухую одежду;

— выпейте после купания горячий чай из ягод, фруктов или трав.

Управление по Центральному району
Главного управления МЧС России по г. Санкт-Петербургу
14.01.2022