Меры безопасности при купании в праздник Крещение Господне

1. Все специально оборудованные купели будут проверены на соответствие сотрудниками ГИМС МЧС России. Окунаться (купаться) следует в специально оборудованных прорубях у берега под присмотром спасателей. Необходимо избегать большого скопления людей возле купели, чтобы избежать провалов под лед.
2. На пути к проруби необходимо помнить, что дорожка может быть скользкой, поэтому идти следует не спеша. К проруби необходимо подходить в удобной, нескользящей и легкоснимаемой обуви.
3. Перед входом в воду убедитесь в наличии страхующего. Не редки случаи, когда человек после окунания не может самостоятельно выйти из купели без посторонней помощи.
4. После входа в воду нормализуйте дыхание. Не скапливайтесь большими группами в месте перехода от купели к палатке для переодевания.
5. Запрещается купание детей без присмотра родителей или взрослых.
6. Нельзя распивать спиртные напитки, купаться в состоянии алкогольного опьянения.
7. Погружение в прорубь один раз в году – сильнейший стресс для организма. Принимая участие в празднике, учитывайте состояние своего здоровья.