

## Безопасность во время Крещенских купаний

11.02.2019

### Безопасность во время Крещенских купаний



В ночь с 18 на 19 января православные встречают Крещенский сочельник. Многие жители нашей страны отправятся на так называемые крещенские купания.

. Существует всего несколько простых правил, при соблюдении которых вы обеспечите себе безопасность:

- запаситесь теплой одеждой,
- разогрейте мышцы перед купанием (приседания, пробежка),
- не употребляйте спиртные напитки перед купанием и сразу после него,
- в холодной воде нужно находиться как можно меньше

Однако не забывайте, что не всем можно купаться в ледяной воде. Есть ряд серьезные противопоказаний: сердечно-сосудистые заболевания (купание может спровоцировать инфаркт), легочные заболевания, кожные болезни (псориаз), заболевания почек. Также нельзя окунаться в прорубь людям, недавно перенесшим грипп или ОРВИ. 1 РОНПР Управления по ЮВАО Главного управления МЧС России по г. Москве, в свою очередь, предупреждает: купаться можно только в тех местах, где дежурят спасатели.

Не стоит расстраиваться, если искупаться в эту ночь в освященной проруби вам не удастся. С 12 часов ночи даже водопроводная вода становится освященной, так как в сам праздник читаются особые молитвы «на освящение всякого водного естества». На Руси считалось, что и снег под Крещение приобретает особые свойства: может исцелять недуги, помогает надолго сохранить красоту.

Для обеспечения безопасности людей на местах купаний будут дежурить сотрудники МЧС, спасатели, бригады скорой медицинской помощи. За безопасностью общественного порядка будут следить сотрудники полиции.

В случае возникновения предпосылок к несчастным случаям немедленно сообщать об этом представителям органов местной власти, службы охраны общественного порядка, спасателям МЧС, врачам «Скорой помощи», находящимся в местах проведения праздничных мероприятий

---

Адрес страницы: <http://kuzminki.mos.ru/law-and-order/moe/events-moe/detail/7877776.html>

---

[Управа района Кузьминки города Москвы](#)