**Безопасность празднования Крещения.**

  Русская церковь 18-19 января отмечает Крещение Господне (Богоявление) — праздник, который посвящен крещению Иисуса Христа в реке Иордан, которое совершил Иоанн Предтеча (Креститель). В Крещенский сочельник - 18 января – в храмах совершают чин освящения воды. Существует также народная, а не церковная, традиция купаний в прорубях-иорданях - вечером и в ночь перед праздником люди троекратно погружаются в воду.

Специалисты МЧС будут контролировать безопасность мест крещенских купаний, а также в храмах во время праздничных богослужений. На оборудованных местах будет также организовано дежурство сотрудников полиции, медицинских работников, представителей местных администраций и волонтеров.

"Организованная территория проведения крещенского обряда должна быть ограждена барьерной лентой, заходить за которую категорически запрещено. На берегу установлены палатки, надувные модули для переодевания и обогрева. Переходы к ним специально оборудованы, как и путь с берега к майнам и обратно. Толщина льда в месте организованной купели составляет не менее 25 сантиметров».

На льду рядом с иорданью должны одновременно находиться не более 10 человек, а выезд автотранспорта на лед категорически запрещен. В районах, где отсутствует достаточная толщина льда, а погода неустойчива и характеризуется перепадами, крещенские купания будут осуществляться с берега в специально оборудованных местах. Во всех районах будет проводиться патрулирование для выявления несанкционированных купелей.

МЧС призывает строго соблюдать правила личной безопасности во время крещенских купаний. Окунаться в воду можно только в специально оборудованных местах под присмотром спасателей. Перед купанием необходимо разогреть тело, сделав разминку. К проруби необходимо подходить неспешно в удобной и нескользящей обуви.

Погружаться в воду лучше всего по шею - окунание с головой зачастую провоцирует рефлекторное сужение сосудов головного мозга. Не рекомендуется находиться в проруби больше минуты – это предотвратит общее переохлаждение организма. После купания нужно быстро растереться полотенцем и надеть сухую одежду. Рекомендуется выпить горячие чай, кофе, травяные настои из предварительно подготовленного термоса.