



АДМИНИСТРАЦИЯ РУЗСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 09.01.2019 № 01

**О проведении «Крещенских купаний» в 2019 г.
на территории Рuzского городского округа Московской области**

Для проведения «Крещенских купаний» на территории Рuzского городского округа Московской области, с целью создания безопасных условий в месте купаний постановляю:

1. Определить места обустройства купели на территории Рuzского городского округа Московской области:
 - левый берег реки Руза, находящийся за Знаменской церковью д. Комлево;
 - берег пруда расположенного у Храма Богородицы-рождественской п. Колубакино;
 - правый берег р. Исьма за Церковью Покрова Пресвятой Богородицы, с. Богородское;
2. Утвердить Правила личной безопасности при Крещенском купании на территории Рuzского городского округа Московской области согласно приложения.
3. Рекомендовать начальнику ОМВД России Рuzского городского округа (И.В. Евмененко) организовать охрану общественного порядка и дорожной безопасности в местах проведения «Крещенских купаний».
4. Опубликовать настоящее постановление в газете «Красное Знамя» и разместить на официальном сайте Рuzского городского округа Московской области www.ruzaregion.ru.
5. Контроль исполнения данного постановления оставляю за собой.

И.о. Главы Городского округа



Т.С. Витушева



Приложение
к Постановлению главы
Рузского городского округа
№ 01 «09» 01 2018 г.

Правила личной безопасности при Крещенском купании на территории Рузского городского округа Московской области

Чтобы избежать беды, необходимо соблюдать правила безопасности.

1. Окупаться (купаться) следует в специально оборудованных прорубях (купелях) у берега, желательно вблизи спасательных станций или под присмотром спасателей.

2. Перед купанием в проруби (купели) необходимо разогреть тело, сделав разминку, пробежку.

3. К проруби (купели) необходимо подходить в удобной, не скользкой и легко снимаемой обуви, чтобы предотвратить потерю чувствительности ног. Идя к проруби (купели), помните, что дорожка может быть скользкой. Идите медленно и внимательно.

4. Окупаться лучше всего по шею, не замочив голову, чтобы избежать рефлекторного сужения сосудов головного мозга.

5. Никогда не ныряйте в прорубь (купель) вперед головой. Прыжки в воду и погружение в воду с головой не рекомендуются, так как это увеличивает потерю температуры и может привести к шоку от холода.

6. Не находитесь в проруби (купели) более 1 минуты во избежание общего переохлаждения организма.

7. Если с вами ребенок, слетите за ним во время его погружения в прорубь (купель). Купание детей без присмотра родителей или взрослых запрещено.

8. После купания (окупания) разотрите себя и ребенка махровым полотенцем и наденьте сухую одежду.

9. Для укрепления иммунитета и возможности переохлаждения необходимо выпить горячий чай, лучше всего из ягод, фруктов.

10. Перед купанием запрещен алкоголь и сигареты! На голодный желудок или сразу после принятия пищи купаться также недопустимо. Врачи предостерегают от купания на крещение людей с гипертонией, ревматизмом, атеросклерозом или туберкулезом. Купаться на крещение недопустимо и при других острых хронических заболеваниях.