

Заходи безпеки під час свята Водохреща

Здавна вважається, що купання на Водохреща сприяє зціленню від різних недуг. Жорстких правил, як треба купатися на Водохреща, немає. Але, як правило, купанням є триразове занурення у воду з головою.

Виконавчим комітетом Львівської міської ради, громадськими організаціями та рухами, церковними парафіями 19 січня 2022 року організуються та проводяться заходи з нагоди свята Водохреща.

В місцях проведення свята для його учасників будуть створені належні умови з забезпеченням правил безпеки.

Управління з питань надзвичайних ситуацій та цивільного захисту населення Львівської міської ради звертає увагу, що в місті будуть визначені місця проведення свята, які обладнані рятувальними постами із зимовими рятувальними засобами на водоймах.

Просимо звернути увагу інших організаторів проведення свята Водохреща на те, що під час проведення заходів святкування Водохреща необхідно дотримуватися Правил охорони життя людей на водних об'єктах України.

Також доводимо до відома організаторів інформацію про те, що у разі проведення свята Водохреща на водоймах організатори святкових заходів і власники водних об'єктів несуть всю відповідальність за безпеку учасників та забезпечують роботу рятувальних постів.

ОСНОВНІ ПРАВИЛА КУПАННЯ У СВЯТО ВОДОХРЕЩА

Для тих, хто планує купання у водоймах на Водохреща, рекомендуємо дотримуватися наступних правил:

1. Купатись в ополонці лікарі не радять тим, у кого є хворі нирки, діабет, проблеми із тиском;

2. З собою варто мати зручний одяг, щоб ви змогли швидко роздягнутися та одягнутися після купання;

3. Перед купанням добре попоїсти, хоча б за годину до пірнання (**вживання алкоголю категорично заборонено**);

4. Перед тим, як залігти у воду, треба добре розігрітися: кілька хвилин бігу, сполоснути обличчя водою, тощо;

5. До ополонки необхідно підходити в зручному взутті, щоб запобігти втратам чутливості ніг. Краще використати черевики або вовняні шкарпетки для того, щоб дійти до ополонки. Можливе використання спеціальних гумових тапочок, які також захищають ноги від гострих предметів, та не дадуть Вам сковзати на льоду. Ідучи до ополонки, пам'ятайте, що доріжка може бути слизькою - ідіть повільно й уважно;

6. Занурюватись (купатися) треба в спеціально обладнаних ополонках біля берега, під доглядом рятувальників та медичних працівників;

7. У воду варто залазити поступово (якщо повільно, то задубієте, а зашвидкий темп може спричинити моменти із тиском. Занурюватись найкраще по шию, не замочивши голову, щоб уникнути рефлекторного звуження судин головного мозку. Ніколи не поринайте в ополонку вперед головою. Стрибки у воду й занурення у воду з головою не рекомендуються, тому що це збільшує втрату температури й може призвести до шоку від холоду;

8. Якщо з вами дитина, уважно слідкуйте за нею під час занурення в ополонку;

9. У воді варто бути не більше 30 секунд (щоб тричі сполоснутися, вам буде достатньо).

10. При виході з води не тримайтеся безпосередньо за металеві поручні, використовуйте сухий рушник;

11. Коли вийдете з води треба добре розтерти шкіру, одягтися і відразу сховатися у тепло, випити гарячий чай (алкоголь не зігріває, а лише може нашкодити).

«Шановні мешканці Львівської міської територіальної громади! Подбайте про своє здоров'я та здоров'я своїх близьких, не нехтуйте правилами безпечної поведінки. Бажаємо Вам веселого та безпечного святкування».

Бережіть своє життя, не нехтуйте застереженнями!