

# Места проведения Крещенских мероприятий (водоосвящения)

В ночь с 18 на 19 января православный мир отмечает праздник Крещения Господня. Вода в это время считается целебной и по традиции многие стараются окунуться в ледяную прорубь. Рассказываем, как правильно подготовиться к этому обряду и какие правила стоит соблюдать.

Места проведения Крещенских мероприятий (водоосвящения) и массовых купаний в 2024 году в Гомельском районе:

Купель Храма Преподобного Святого Никиты исповедника, агрогородок Поколюбичи, ул. Крупской Н.К.

- 18 января с 12.00 до 18.00,
- 19 января с 10.00 до 22.00.

Купель Храма Преподобного Святого Николая, агрогородок Новая Гута, ул. Школьная, д. 9А,

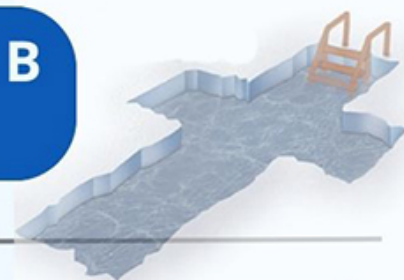
- 18 января с 18.00 до 24.00 19 января.

Набережная притока реки Сож, поселок Чёнки, ул. Октябрьская (зона отдыха)

- 18 января с 19.00 до 20.00 19 января.



# КАК ПРАВИЛЬНО ОКУНАТЬСЯ В ПРОРУБЬ НА КРЕЩЕНИЕ



## Важно знать

### ПРИ КАКИХ УСЛОВИЯХ ДОЛЖНО ПРОХОДИТЬ ОКУНАНИЕ



в присутствии  
медработников



глубина водоема -  
до 1,8 м



прорубь должна  
быть огорожена

### ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ



халат, полотенце,  
комплект сухой одежды



тапочки или сланцы



коврик для переодевания



термос с горячим чаем

## Рекомендуется



сделать разминку  
перед погружением



заходить в воду  
постепенно



находиться в воде  
не более 1 минуты



погружаться по шею (чтобы  
избежать спазма сосудов  
головного мозга)



после купания растереться  
полотенцем, надеть сухую  
одежду, выпить горячего чая

## Запрещается



окупаться  
в необорудованном месте



нырять головой вперед



употреблять спиртные  
напитки



заходить в воду толпой

## Нельзя окупаться в прорубь



при наличии заболеваний  
сердечно-сосудистой,  
нервной системы,  
хронических  
воспалительных процессов



детям до 3-х лет



беременным





## Правила окунания в прорубь на Крещение



**Перед погружением  
сделать разминку.**

**Заходить в воду постепенно,  
без резких движений.**



**Не стоит окунаться с головой**  
(это может спровоцировать спазм  
сосудов головного мозга).

**Находиться в воде можно  
не больше минуты.**



**После выхода на берег растереть  
тело полотенцем, надеть сухие  
вещи и выпить горячий чай.**

### Запрещено

- ▶ Окунаться в необорудованном месте.
- ▶ Употреблять спиртное.
- ▶ Нырять в воду вниз головой.
- ▶ Заходить в воду толпой.

### Что взять с собой

- Полотенце, халат и комплект сухой одежды.
- Сланцы или тапочки.
- Коврик, на котором будете переодеваться.
- Термос с чаем.

