Приближается один из самых главных христианских праздников Крещение Господне.

 Для желающих окунуться в прорубь во время Крещенских праздников, 19 января 2022 года будет организована купель по адресу: посёлок Горка Щербаковского сельсовета Барабинского района Новосибирской области, улица Прибрежная,1 на озере Чистое в границах береговой линии Комплекса «Посейдон» ООО «Бриз». Время работы купели с 10.00 до 20:00 часов.

 У купели с 10.00 часов до 20.00 часов будет обеспечено дежурство представителей администрации Барабинского района, сотрудников полиции, медработников, представителей МЧС. Будет установлена палатка с обогревом для переодевания, разделённая на две секции (для мужчин и женщин отдельно), в самой палатке будет организован горячий чай и кофе.

 Уважаемые участники Крещенских купаний!

Будьте бдительны, не рискуйте собственным здоровьем и жизнью! Убедительно просим вас соблюдать правила поведения на водоёме в период проведения Крещенских купаний!

 Правила купания в проруби (иордани): - Окунаться (купаться) следует в специально оборудованных прорубях (иорданях), под присмотром спасателей. - Не рекомендуется купаться в проруби в период обострения хронических заболеваний, либо имея другие противопоказания по состоянию здоровья. - Перед тем, как погрузиться в воду, сделайте разминку - несколько энергичных махов руками и ногами или небольшая пробежка разогреют вас и подготовят к холодной воде. - Подходить к проруби следует осторожно, в нескользящей обуви, убедиться в надежности поручней, лесенок. - Заходить в воду следует постепенно, ни в коем случае не погружаться резко и не нырять со льда! - Окунаться лучше всего по шею, не замочив голову, чтобы избежать рефлекторного сужения сосудов головного мозга. - Не находиться в воде более 1 минуты, чтобы избежать переохлаждения и «холодного шока». - Если с вами ребенок, не оставляйте его без присмотра, не допускайте его купания без участия взрослых. - Сразу после купания необходимо вытереться насухо и надеть сухую одежду и головной убор. - Для укрепления иммунитета и недопущения переохлаждения необходимо выпить горячее питьё (чай, кофе, травяные настои). - Категорически запрещаются купания в состоянии алкогольного либо иного опьянения!