

## КУПАНИЕ В ПРОРУБИ



**Купаться следует в специально оборудованных прорубях.**

**Перед купанием сделайте разминку.**



**Подходите к проруби в нескользкой обуви.**

**Окунайтесь по шею, не ныряйте в прорубь.**



**Находитесь в проруби не более 1 минуты!**

**Следите за детьми во время их погружения в прорубь;**



**После купания разотритесь полотенцем и наденьте сухую одежду.**

Источник и подробная информация о действиях на сайте:

[http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie\\_CHS/item/8211802/](http://www.mchs.gov.ru/dop/info/individual/Bitovie_CHS/item/8211802/)

**ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ: 112**