



В Охе обустроено место для предстоящих крещенских купаний.

Православное христианство 19 января празднует Крещение Господне. По традиции, после освящения природных водоемов, наступает черед людей, желающих окунуться в ледяную купель.

В Охе крещенская купель будет располагаться рядом с родником в районе аэропорта. 19 января с 13.00 до 16.00 здесь будут дежурить спасатели, полицейские, автомобиль скорой помощи и передвижной пункт обогрева (а/м НЗАС). В этот период времени крещенская купель будет доступна для всех, желающих принять участие в обрядовом окунании.

Вечерняя праздничная служба в Храме преподобного Сергия Радонежского состоится 18 января в 16:00. Непосредственно в день Крещения, 19 января, на 10:00 запланирована божественная литургия. Освящение проруби на роднике произойдет в 14:00. В 15:00 начнется освящение воды в храме-часовне села Тунгор.

По предварительным прогнозам синоптиков, в Охе в ночь с 18 на 19 января столбики термометров могут опуститься до минус 28 градусов, по ощущениям с учётом ветра - до минус 35 - 40 градусов. Обращаем внимание жителей, что купель будет доступна в строго обозначенное время, когда будут дежурить все необходимые службы. После 16 часов в целях недопущения несанкционированного купания и несчастных случаев, купель будет закрыта. Подробнее:

Всем ли можно окунаться?

Спасатели МЧС говорят, что купание в крещенские морозы полезно только закаленным людям и противопоказано людям с бронхолегочными заболеваниями, слабым сердцем, проблемами с давлением. Если оно высокое, то в ледяной воде может произойти спазм сосудов или микроинсульт; а если пониженное, то есть опасность судорог или потери сознания.

Что нужно сделать перед купанием?

Первое правило – идти до иордани в обуви, так как ноги замерзают в первую очередь. Раздеваться лучше постепенно: сначала снять верхнюю одежду, через несколько минут обувь, только потом раздеться до купальника. Второе правило (но необязательное) – перед погружением растереться жирным кремом или выпить столовую ложку рыбьего жира. Это поможет возместить потерю тепла. Третье «антиковидное» правило – соблюдать социальную дистанцию. Пандемию еще никто не отменил.

Что делать после обряда?

После ледяной воды стоит снова растереться полотенцем, переодеться в теплую сухую одежду и выпить что-то горячее. Ни в коем случае не стоит использовать алкоголь!

Если сделал/собираюсь сделать прививку от COVID-19... Не стоит забывать, что в России началась массовая вакцинация от новой коронавирусной инфекции. Врачи говорят, что купание в проруби оказывает значительное влияние на иммунитет. Поэтому вакцинацию от COVID-19 следует запланировать либо за 7 дней до священного обряда, либо спустя два дня после Крещения.