



Essential clothing for a disaster supply is a commonly overlooked area of preparedness. If a person does not have the proper clothing suitable for the terrain they are in, then harsh elements such as rain, cold, and snow can have catastrophic effects.

- Have clothing packed in a backpack for each family member. Repack seasonally and always keep a pack in your vehicle for emergencies
- Shirts – 1 short sleeve, 1 long sleeve, and 1 sweatshirt
- Pants – 1 pair of long pants, 1 pair of short pants, and 1 pair of sweatpants
- Underwear – at least 3 changes
- Socks – at least 3 pairs
- Shoes – 1 pair of sturdy closed toed shoes and 1 pair of sandals
- Rain gear – rain coat or poncho
- Hat – baseball cap or beanie
- Accessories – sunglasses, gloves, and scarves

## Hot Weather

- Wear light colors that reflect the sun's rays.
- Wear loose, breathable clothing to regulate body temperature.
- Wear a hat and sunglasses to protect your eyes and face from sun rays.
- Cover all exposed skin with high powered SPF sunscreen.

Materials: Avoid cotton and stick with breathable synthetic materials. Wool is a natural thermostatic insulator. Wool naturally repels water and will keep the body warm even if it gets wet.

Visible: Wear bright colors that make you more visible to rescuers in a disaster.

## Cold Weather

- C – keep clothing **clean**
- O – avoid **overheating**
- L – wear clothing **loose** and in **layers**
- D – keep clothing **dry**
- E – **examine** clothing for defects
- R – **repair** any damage

The following is proper layering technique

- Thermal underwear
- Wool or wool-mix shirt and sweater
- Jacket with synthetic fiber
- Windproof/waterproof jacket
- Warm hat



El la ropa básica para un suministro en caso de desastres es un artículo de preparación que con frecuencia se pasa por alto. Si una persona no tiene la ropa adecuada para el terreno en el que está, los elementos de clima severo como la lluvia, el frío y la nieve pueden tener efectos catastróficos.

- Tenga ropa empacada en una mochila para cada familiar. Vuelva a empacar según la temporada y mantenga siempre un paquete en el auto para emergencias.
- Camisas: 1 manga corta, 1 manga larga y 1 sudadera
- Pantalones: 1 par de pantalones largos, 1 par de pantalones cortos y 1 par de pantalones deportivos
- Ropa interior: al menos 3 cambios
- Calcetines: al menos 3 pares
- Zapatos: 1 par de zapatos resistentes con punta cerrada y 1 par de sandalias
- Ropa de lluvia: impermeable o poncho
- Sombrero: gorra de béisbol o gorro
- Accesorios: gafas de sol, guantes y bufandas

## Clima caluroso

- Use colores claros que reflejen los rayos del sol.
- Use ropa suelta y transpirable para regular la temperatura corporal.
- Use un sombrero y anteojos de sol para proteger sus ojos y cara de los rayos del sol.
- Cubra toda la piel expuesta con protector solar SPF de alta potencia.

Material: Evite el algodón y quédese con material sintético transpirable. La lana es un aislante termostático natural. La lana repele el agua de manera natural y mantendrá el cuerpo caliente incluso si se moja.

Visible: Use colores brillantes que lo hagan más visible para los rescatistas en un desastre.

## Clima frío

- C:** mantenga ropa limpia (**clean**)
- O:** evite el sobrecalentamiento (**overheating**)
- L** – use ropa floja (**loose**) y en capas (**layers**)
- D:** mantenga la ropa seca (**dry**)
- E:** examine (**examine**) la ropa para encontrar defectos
- R:** repare (**repair**) cualquier daño

Esta es una técnica de estratificación adecuada

- Ropa interior térmica
- Camisa y suéter de lana o mezcla de lana
- Jacket con fibra sintética
- Jacket cortavientos/impermeable
- Gorro para el frío