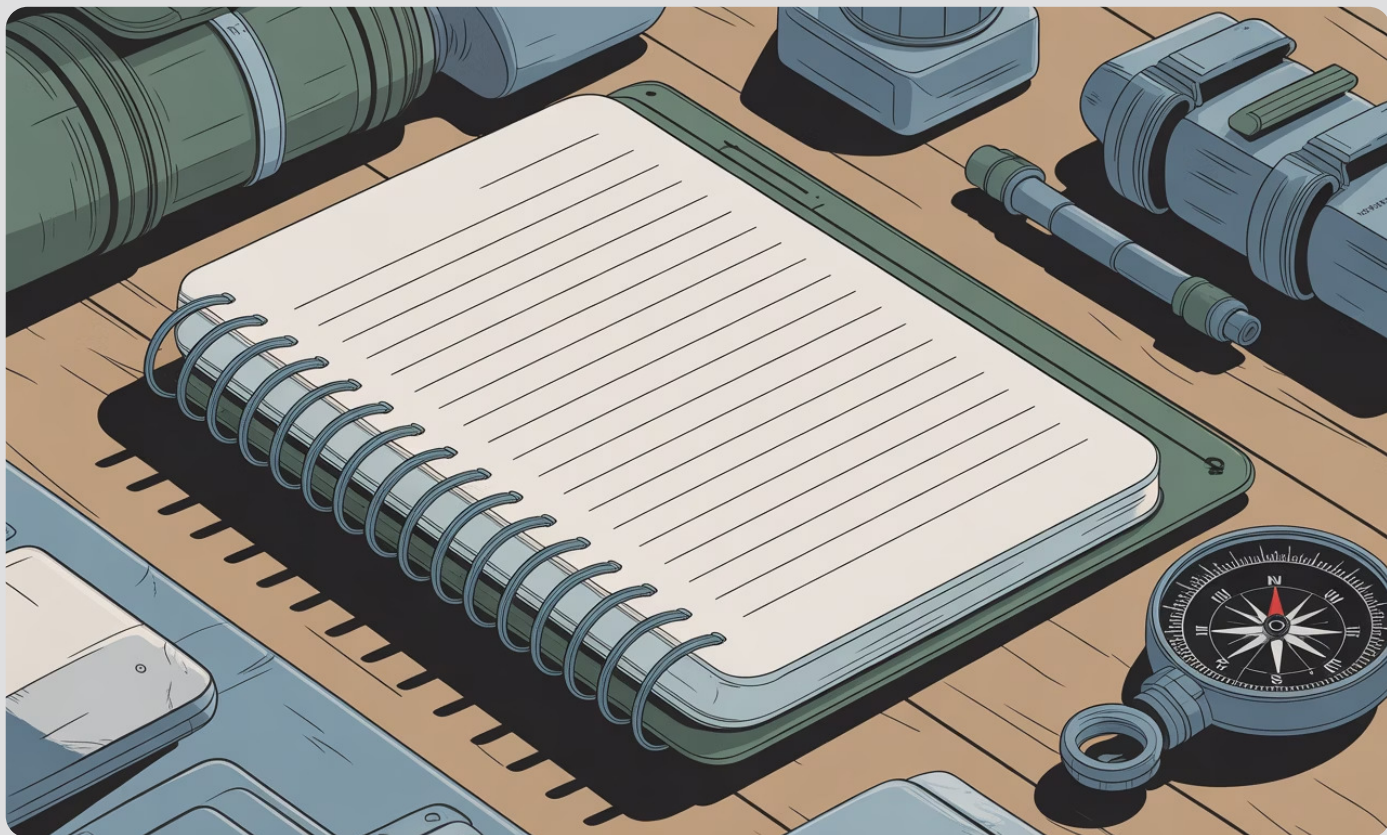


FICHA DE PREPARAÇÃO PESSOAL – O PERFIL DO OPERADOR



**Curso Prepper360 – Ferramenta Oficial de
Desenvolvimento Pessoal e Técnico**

PROPÓSITO

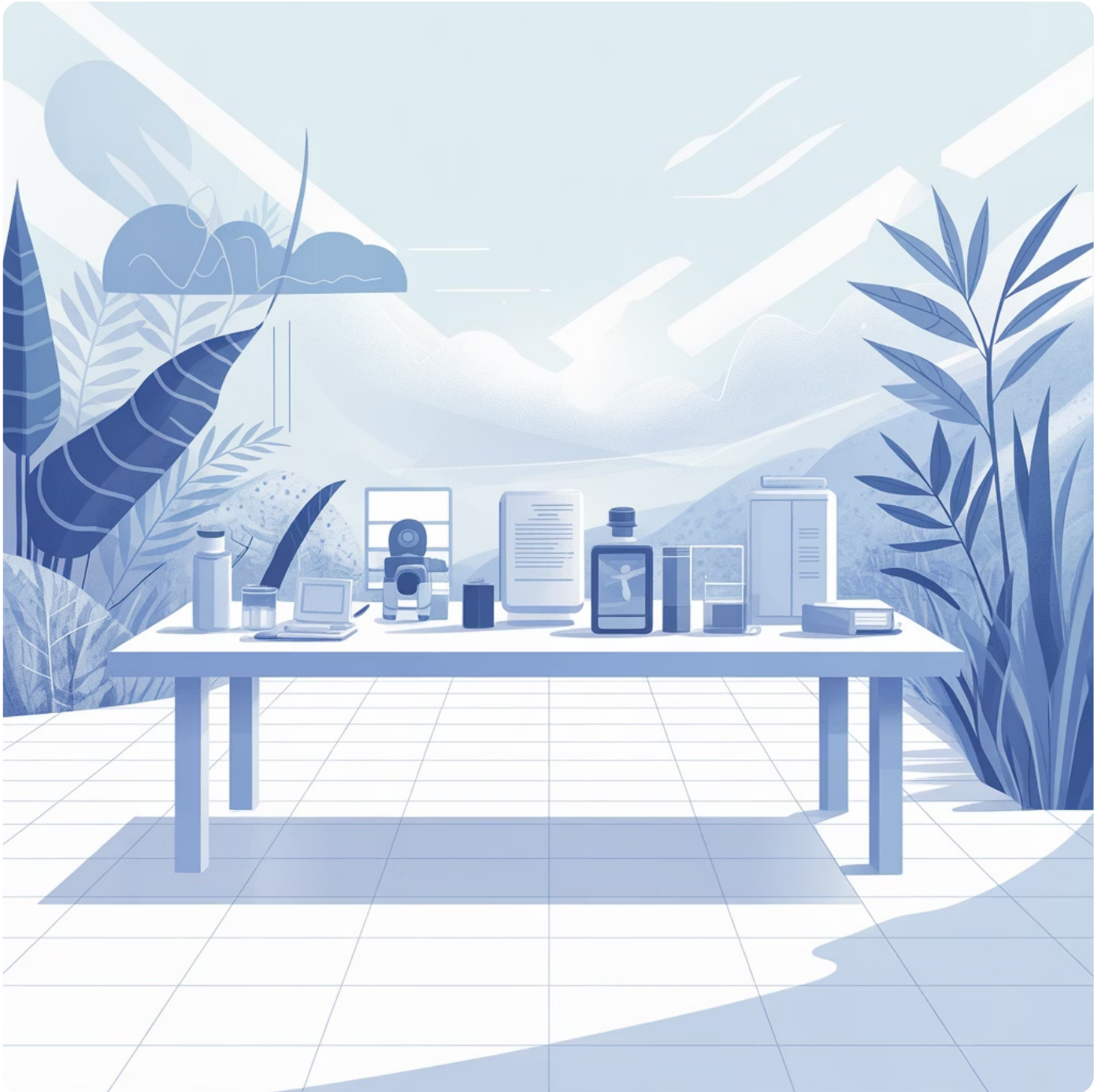
A preparação começa dentro.

Esta ficha é um espelho tático — um instrumento para avaliar suas capacidades, lacunas e progressos em todas as dimensões do preparacionismo.

Mais que um formulário, é o registro evolutivo do operador: **corpo, mente, técnica e propósito** em constante aprimoramento.

1. IDENTIFICAÇÃO DO OPERADOR

Campo	Informação
Nome Completo	
Indicativo / Apelido de Campo	
Data de Nascimento	
Localidade / Região Operacional	
Motoclube ou Núcleo	
Nível de Preparação Atual	☐ Iniciante ☐ Intermediário ☐ Avançado ☐ Instrutor



2. AVALIAÇÃO DE HABILIDADES PRINCIPAIS

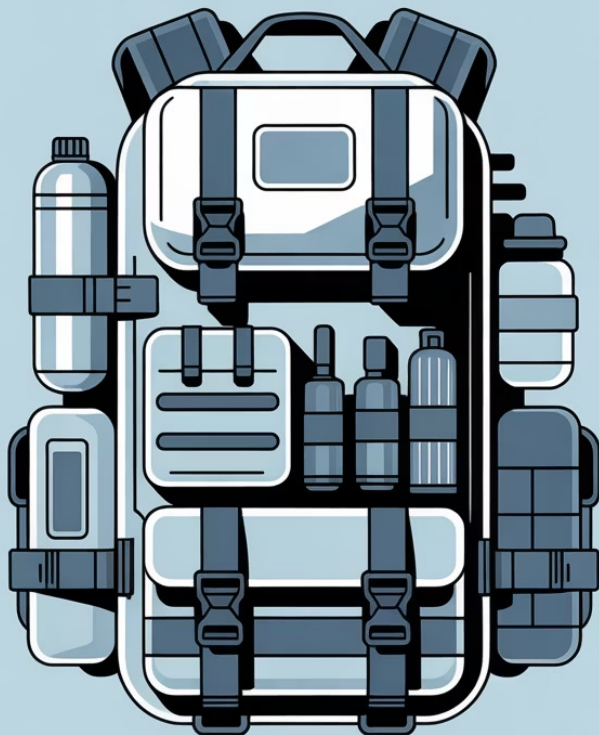
Avalie-se em cada área (0 a 5) e anote observações ou necessidades de aprimoramento.

Categoria	Nível (0–5)	Observações
Mecânica e Manutenção de Moto		
Primeiros Socorros e Trauma		
Orientação e Navegação		
Comunicação (Rádio / Sinais)		
Sobrevivência e Abrigo		
Gestão de Recursos (Água, Alimento, Energia)		
Liderança e Tomada de Decisão		
Condicionamento Físico		
Inteligência Emocional / Resiliência		



Escala: 0 = Nenhum conhecimento | 1-2 = Básico | 3 = Operacional | 4 = Avançado | 5 = Instrutor

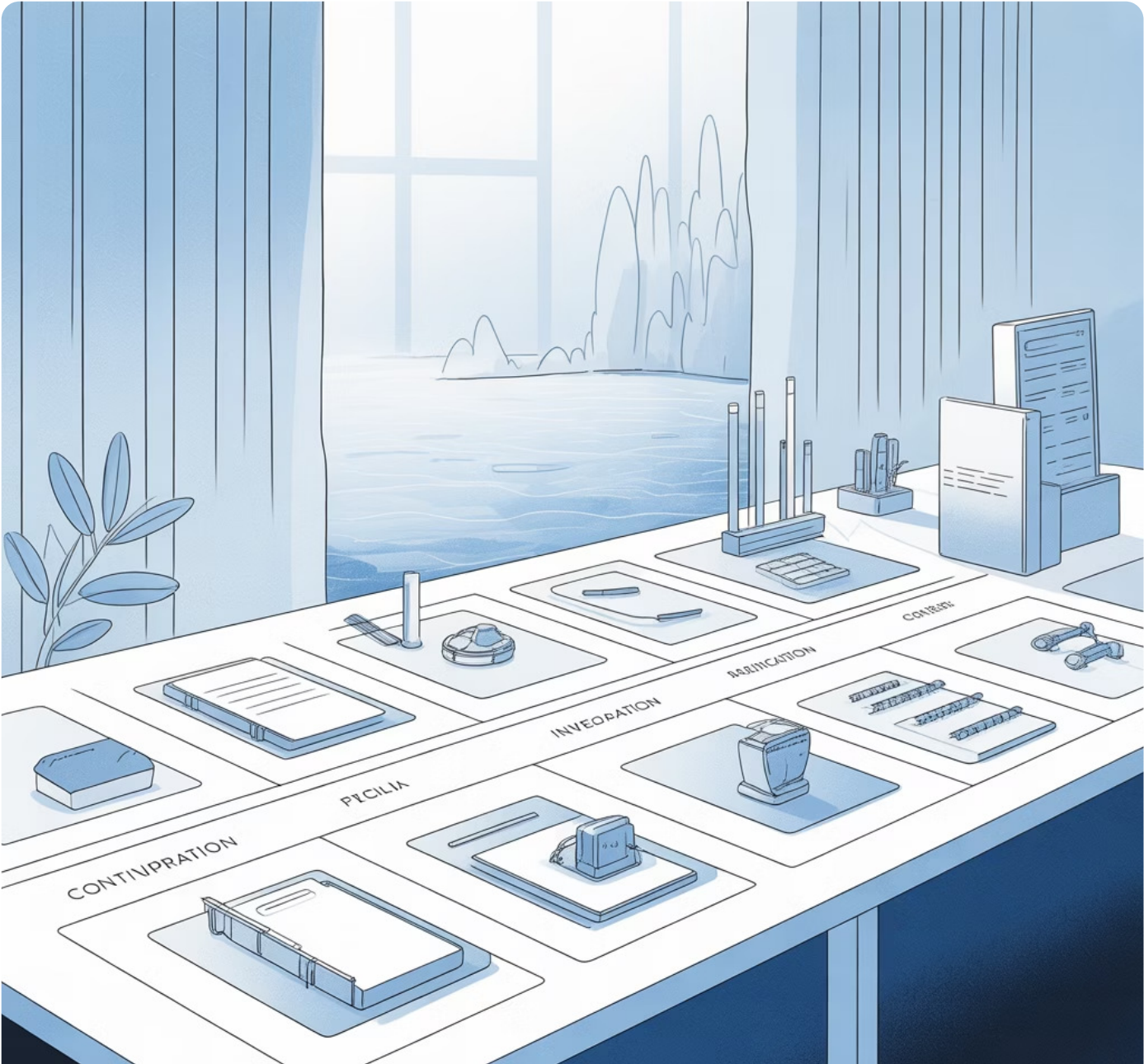
3. RECURSOS E EQUIPAMENTOS PESSOAIS



Categoria	Item	Status	Observações
EDC (Everyday Carry)	Canivete / Lanterna / Documento / Rádio portátil	☐ OK ☐ INCOMPL ETO	
BOB (Mochila de 72h)	Completo e testado	☐ OK ☐ INCOMPL ETO	
Moto	Revisada e abastecida	☐ OK ☐ INCOMPL ETO	
Equipamentos de Proteção	Capacete / Luvas / Bota / Colete	☐ OK ☐ INCOMPL ETO	
Documentação / Licenças	Atualizadas	☐ OK ☐ PENDENTE	
Kit Médico Pessoal	Presente e dentro da validade	☐ OK ☐ PENDENTE	

4. ROTINA DE PREPARAÇÃO CONTÍNUA

Atividade	Frequência	Última Execução	Próxima	Observações
Treino físico ou funcional				
Treino de navegação / bússola				
Revisão de kit e inventário				
Treinamento tático com grupo				
Exercício mental / leitura tática				

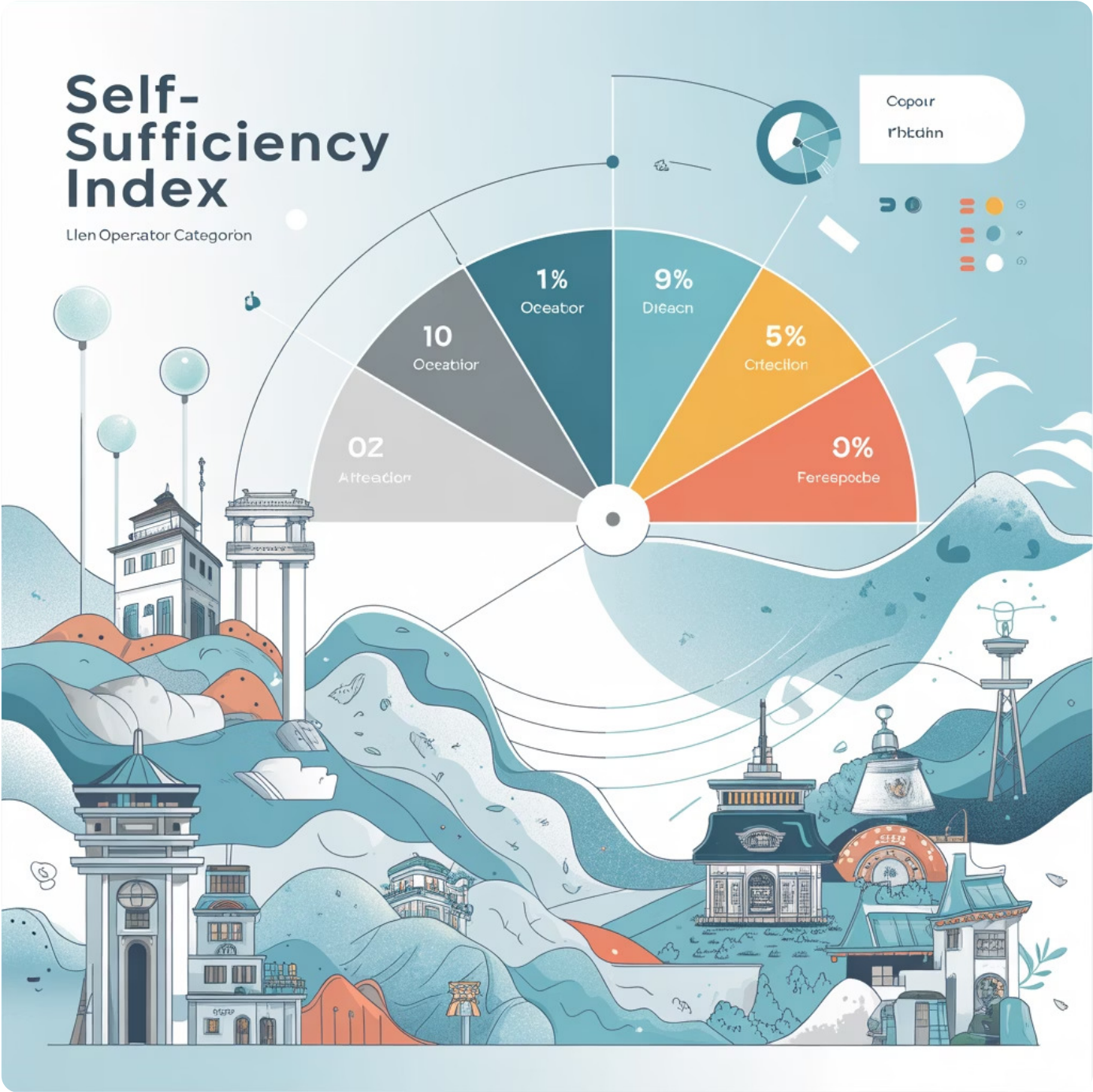


5. ÍNDICE DE AUTOSSUFICIÊNCIA (IAS)

$$IAS = (Habilidades \geq 3 \div \text{Total de Habilidades}) \times 100$$

90–100%	70–89%
Operador Autossuficiente – Nível Alfa	Operador Pronto – Nível Bravo
50–69%	<50%
Operador em Formação – Nível Charlie	Operador Vulnerável – Nível Delta

Análi



6. PLANO DE EVOLUÇÃO PESSOAL (12 SEMANAS)

Meta	Etap a	Responsável / Mentor	Data Prevista	Status
Melhorar autonomia em trilha / lama	1/3			☐ EM PROGRESSO ☐ CONCLUÍDO
Obter certificação em primeiros socorros	2/3			☐ EM PROGRESSO ☐ CONCLUÍDO
Reduzir peso do kit 72h em 15%	3/3			☐ EM PROGRESSO ☐ CONCLUÍDO
Participar de operação comunitária real	3/3			☐ EM PROGRESSO ☐ CONCLUÍDO



7. REFLEXÃO DO OPERADOR

"O que me trouxe até aqui?"

"O que ainda me falta para me tornar confiável em qualquer cenário?"

"O que significa resiliência para mim — na estrada e fora dela?"

Espaço livre para anotações pessoais e insights.



Este ebook é só o começo.

Você acabou de ter um vislumbre do que é o **Curso Prepper 360** — o único e inédito programa de preparacionismo e sobrevivencialismo 100% pensado no DNA brasileiro. Aqui, não se copia fórmulas estrangeiras: ensinamos o que funciona de verdade no sertão, na floresta, na cidade, no meio rural e no litoral do Brasil, com técnicas adaptadas ao nosso clima, cultura, biodiversidade e realidade social.

📖 Este material faz parte de um ecossistema completo de conhecimento prático e baseado em situações reais que robustecem o programa do Prepper 360.

👉 **Quer ir além da teoria e construir sua resiliência real?**

Conheça o Curso Prepper 360 e tenha acesso a módulos avançados, planilhas de emergência, mapas de risco regionais, dicas, estratégias, protocolos e uma comunidade ativa de preparadores comprometidos com a sobrevivência inteligente.



Acompanhe também nosso conteúdo gratuito:

Acesse, inscreva-se e compartilhe nossas redes sociais e mantenha-se informado e preparado:



@prepper360



Curso Prepper360



[Canarinho Atômico](#)



[Prepper360](#)





Ajude a Manter o Prepper360 Vivo — Porque Resiliência é Coisa de Todos Nós

Você já parou para pensar que preparação não é sobre o fim do mundo — é sobre o começo do amanhã? Veja nossa chave Pix:

centropreparacionistabrasil@gmail.com

No Brasil, onde a crise pode ser um botijão vazio no domingo, uma enchente que isola o bairro ou um apagão que dura dias, o Curso Prepper360 nasceu com um propósito claro: entregar ensinamentos práticos, acessíveis e sem sensacionalismo para que você e sua família enfrentem o cotidiano com mais segurança, autonomia e tranquilidade.

Mas para continuar oferecendo conteúdo de excelência — checklists, guias regionais, vídeos didáticos, planos de emergência adaptados — o autor precisa de apoio. Simples assim.

💡 **Este projeto não vive de anúncios nem de alarmes. Vive de gente que acredita que preparação é direito, não privilégio.**

Se você já usou um dos nossos materiais, se já armazenou água depois de uma dica nossa, se já montou um kit de emergência ou ensinou seu filho a identificar uma rota de fuga — então você entende a necessidade da preparação coletiva.

👉 **Ajude a manter essa corrente forte. Faça uma doação, do tamanho que couber no seu bolso.**

Seu apoio vai direto para:

- Produção de novos conteúdos gratuitos;
- Manutenção da plataforma e ferramentas;
- Pesquisa de campo e adaptação regional;
- Parcerias com comunidades e especialistas;
- Tradução de materiais para formatos acessíveis (áudio, libras, impresso).

Entre em contato para mais informações e chave PIX: centropreparacionistabrasil@gmail.com

✅ **Nada é pequeno demais. Cada real é um tijolo na construção de um Brasil mais preparado.**

➡ **Faça sua doação agora mesmo.**

Com gratidão,

Equipe do Prepper360 — e todos os brasileiros que você ajuda indiretamente.

Sobre o Autor: Antônio Joálison de A. Moraes

A história, em sua essência, é a crônica da resiliência humana. É o estudo de como civilizações, comunidades e indivíduos enfrentam crises, adaptam-se, superam adversidades ou, por falta de preparo, sucumbem. Foi essa perspectiva que primeiro despertou em mim uma curiosidade que se transformaria em um estilo de vida. Enquanto analisava as grandes guerras, os colapsos econômicos e as revoluções sociais em sala de aula, uma pergunta pessoal ecoava silenciosamente: *"Como eu e minha família estaríamos em um cenário como esse?"*. Essa questão, que unia o conhecimento acadêmico a uma preocupação profundamente prática, tornou-se o fio condutor da minha jornada.

Minha formação em Direito, por sua vez, proporcionou uma lente complementar. Como advogado, aprendi a valorizar a prevenção, a análise de risco e a importância de um plano bem estruturado. O Direito ensina que a melhor batalha é a que não precisa ser travada, e esse princípio traduz-se perfeitamente na filosofia preparacionista. A análise de contratos, a gestão de patrimônio e a compreensão das estruturas que sustentam a sociedade são ferramentas que se mostraram inestimáveis na hora de planejar a segurança e a autonomia da minha família.

Há mais de 20 anos, o que começou como um interesse acadêmico e uma cautela profissional consolidou-se como uma paixão e uma prática diária. O preparacionismo, para mim, nunca foi sobre um medo paralisante ou uma visão apocalíptica do mundo. Pelo contrário, foi sempre sobre liberdade. A liberdade de não estar à mercê de uma pane no sistema elétrico, de uma desordem no abastecimento de alimentos ou de uma instabilidade econômica. Foi sobre recuperar habilidades que nossos avós tinham como certas — cultivar um alimento, consertar um objeto, ajudar um vizinho — e integrá-las às vantagens da tecnologia moderna. É essa fusão entre o conhecimento ancestral e a inovação contemporânea que me fascina. Sou um ávido estudante de tecnologia, não por ser um fim em si mesma, mas por ser uma ferramenta poderosa que, quando bem utilizada, pode ampliar drasticamente nossa capacidade de sermos autossuficientes e seguros.

Meu entusiasmo pela cultura e pela educação é o que me impulsiona a compartilhar essa jornada. Acredito que o verdadeiro legado não está em um estoque de suprimentos escondido, mas no conhecimento que compartilhamos e na resiliência que construímos juntos. Como professor, minha missão sempre foi capacitar. Hoje, vejo o Prepper360 como uma extensão natural dessa missão. É um convite para que mais brasileiros despertem para seu próprio poder, para sua capacidade de agir antes da crise e para a tranquilidade que vem do saber-se preparado.

Minha trajetória, portanto, é uma tapeçaria tecida com fios de História, Direito, Tecnologia e um profundo respeito pela cultura da prevenção. Sou um patriota que acredita no potencial do nosso povo, um professor que acredita no poder do conhecimento, um advogado que acredita na força do planejamento e um preparacionista que acredita na tranquilidade como a maior forma de liberdade. É com essa convicção que apresento este curso, não como um produto, mas como um convite para uma jornada de empoderamento, resiliência e construção de um futuro mais sereno para todos nós.

Preparar-se é libertador!