

Sérgio Gomes

**AS
MERDAS
ACONTECEM!**

E tu?

Estas preparado?

Prepping em Português e em Portugal

O que? Como? Quem? Porque?

AS MERDAS ACONTECEM!

E tu? Estas preparado?

Prepping em Português e em Portugal.

O que? Como? Quem? Porque?

Por Sérgio Gomes

- ISBN: 978-940-37-0206-3
 - Design de capa 2023 por **Sérgio Gomes**
 - Texto 2023 por **Sérgio Gomes**
- Copyright **Sérgio Gomes** 2023;
- Todos os direitos reservados.

Nos termos do Código do Direitos de Autor e dos Direitos Conexos, é expressamente proibida a reprodução total ou parcial desta obra por qualquer meio, incluindo a fotocópia e o tratamento informático, sem autorização expressa do titular dos direitos.

Esta obra está escrita (embora não esteja satisfeito com isso) segundo as regras da Ortografia Unificada da Língua portuguesa, vulgo "Acordo Ortográfico". (Ou então não e é uma misturada só para chatear porque sou contra o acordo ortográfico.)

- Nós não sabemos o amanhã...Mas imaginamos!

Prepara-te!

Ricardo Marreiros

Projecto Hotshots Sobrevivência Preparação e Bushcraft

- Qualquer coisa é melhor que coisa nenhuma.

Sérgio Gomes

O Enfermeiro prepper

- By failing to prepare you are preparing to fail.

Benjamin Franklin

**- P P P P P - Proper preparation prevents poor
performance.**

- KISS - Keep it simple stupid.

ISENÇÃO DE RESPONSABILIDADE

Este documento tem por objetivo sumarizar informação relacionada com o tópico em questão.

Apesar de ter sido feito um esforço intenso para verificar a veracidade de toda a informação aqui apresentada, esta é fruto de conhecimento e experiências pessoais do autor e como tal este não assume responsabilidade por erros e danos, reais ou percebidos, de forma direta ou indireta, resultantes do uso da informação contida nesta obra, recomendando que, em qualquer questão ou tema abordado, o leitor procure sempre outras fontes antes de tomar qualquer atitude ou decisão.

A informação aqui apresentada é para conhecimento ou entretenimento apenas. Se conselho profissional for necessário este deve

ser obtido junto de um profissional qualificado, seja o caso médico, legal, financeiro ou outro. **O leitor é o único responsável pelas suas ações.**



**Safety is Your
Responsibility**

**Don't leave it to
someone else.**



AGRADECIMENTOS

Aos meus amigos e aos meus inimigos.

A todos os que, com o seu conhecimento (e por vezes a falta dele), diariamente contribuem para eu saber mais e estar melhor preparado.

Nesta comunidade a partilha é essencial e fonte de inesgotável aprendizagem. E eu sei tão pouco e agradeço tanto a disponibilidade.

Da mesma forma agradeço a confiança depositada no parco conhecimento que partilho da minha área profissional.

Em especial um agradecimento ao Ricardo Marreiros do projecto “Hotshots Sobrevivência Preparação e Bushcraft” cujo conhecimento e disponibilidade enriquecem constantemente o meu acervo.

À Vanda Gonçalves, do projecto “In Mamma’s Backpack” pela constante procura e partilha de soluções homesting.

Ao Miguel Franco, mentor do que foi o canal zello “Preppers unidos” e o meu recurso no que as comunicações via radio diz respeito.

Ao Paulo Guerreiro do projecto “Portugal Preppers Network” o primeiro grupo de prepping do facebook a que me juntei.

Ao Francisco Aragão do canal do youtube “Ptprepper” pelo conhecimento inestimável de gadgets e equipamento menos comum em Portugal e a forma correta de serem usados.

Ao Pedro Mendonça do canal do youtube “BushcraftLuso com o seu conhecimento superior de técnicas de bushcraft e sobrevivência no mato.

Ao João Teixeira pelo *input* de conhecimento enciclopédico e prático sobre os mais variados temas.

Aos elementos de um pequeno grupo de preppers de que muito me orgulho de fazer parte e cujos nomes não vou escrever, mas que sabem quem são, a sério, a vocês um agradecimento especial pela constante que se tornaram na minha vida e pelo sempre sentido apoio incondicional.

A todos os outros grupos de prepping, bushcraft e sobrevivência portugueses e a todos os que contribuem para os manter ativos. Eu sei o trabalho que isso dá...

Especial relevo nestes agradecimentos a “Ela”, a Dama da casa, que tem paciência para aturar o meu feitio lixado.

Um obrigado a todos que já me convidaram para, nos seus canais, partilhar a minha opinião, ideias, conhecimento, projeto... Vocês foram e são também incentivo para continuar.

Finalizo com um agradecimento especial a todos os que me seguem nas várias redes sociais, e claro, a todos os que estão a despende o seu tempo na leitura destas linhas.

A todos o meu sincero **MUITO OBRIGADO.**

O vosso Enfermeiro Prepper

Só porque gosto de gatos e o livro é meu...
Um agradecimento também aos bichanos todos!



Os animais também devem ser considerados nas nossas preparações... Alimentação, água, saúde. Este fez questão de ajudar muito a escrever este livro!

Conteúdos

(é o índice!)

- **Isenção de responsabilidade** ----- 7
- Agradecimentos -----10
- Sobre este escrito ----- 17
- **A opinião dos mestres:** ----- 19
- **Ricardo Marreiros** ----- 20
- **Francisco Aragão** ----- 29
- Vamos lá começar ----- 35
- Introdução ----- 37
- Reflexão: Na senda do prepping e do ser prepper -- 44
- Reflexão: Houve um tempo... ----- 47
- O que é um prepper ----- 53
- O prepping em Portugal ----- 59
- Sobre o prepping, a sobrevivência e o bushcraft --- 62
- **Agora vamos por temas!** ----- 69
- **TEMA 1** – O prepper e a saúde ----- 71
- Reflexão: “Ser prepper” ----- 89
- **TEMA 2** – O prepper e a comida ----- 93
- **TEMA 3** – A água ----- 104
- Conto: A formiga prepper e a cigarra ----- 119
- **TEMA 4** – O prepper e a segurança ----- 124
- E ter armas de fogo em Portugal? ----- 153

- E as armas brancas----- **154**
- E as outras? ----- **155**
- Reflexão: Abraçar o medo ----- **158**
- Segurança no sexo feminino ----- **163**
- Reflexão: Temas vários ----- **171**
- As 14 regras do prepping ----- **180**
- A regra dos 3 -----**183**
- **TEMA 5** – Prepping e comunicação ---- **193**
- **TEMA 6** – Abrigo ----- **209**
- **TEMA 7** – Bartering (Trocar) ----- **219**
- **TEMA 8** – Os grupos no prepping ----- **230**
- **TEMA 9** – Kits, Mochilas, Sacos... ----- **239**
- O que é o B.O.B? ----- **241**
- Agora... Em Portugal. ----- **249**
- GHB – Get Home Bag ----- **252**
- O que é o EDC? ----- **254**
- Final ----- **259**
- Glossário ----- **262**
- Redes sociais ----- **267**
- Alguns livros que recomendo ----- **270**
- Nota final de consciencialização ---- **272**

SOBRE ESTE ESCRITO

Este é um livro para preppers e para “não-preppers”. Não pretende ser exaustivo até porque um livro para abordar tudo sobre a temática prepper não poderá nunca existir simplesmente porque tudo é prepping, tudo tem interesse para o prepping.

Não! Este livro não é isso. Este livro pretende dar o mote para os iniciados pesquisarem mais (livros, sites, redes sociais...) sobre todos os temas de interesse para um prepper, ajudar a estarem mais despertos e ao mesmo tempo ser interessante para os preppers com “anos de casa” como uma leitura descontraída e onde, quem sabe, até possam encontrar alguma informação que desconheciam ou recordar o básico.

Procurei abordar assuntos diversos e tentei trazer a opinião e conhecimento, já por mim digerido, de pessoas que considero verdadeiras entendidas em determinados temas. Pessoa a que eu recorro para tirar dúvidas sobre esses temas.

Espero que possam dar como bem empregue o tempo dedicado a esta leitura.

Obrigado!

Prefácios

ou...

A

opinião

nas

palavras

dos

mestres!

Ricardo Marreiros

Projeto

“Hotshots

Sobrevivência

Preparação

e

Bushcraft”

Nunca prefaciei um livro .

É com um misto de satisfação e expectativa que assisto à chegada deste livro ao panorama nacional.

Não é de forma alguma um livro comum.

Não existe muita informação relativa à Preparação (Prepping) em língua Portuguesa e, menos ainda, informação de qualidade.

E meus caros, como em qualquer temática desta importância e complexidade, a qualidade é tudo.

Eu, que não tenho qualquer bíblia por fonte ou compêndio de informação fidedigna e de qualidade, fico satisfeito por não se poder dizer que este livro é "uma bíblia" da Preparação. Nada seria mais redutor do que se se pudesse colocar num só livro tudo o que é relevante sobre um e em especial este tema.

Então, que obra é esta e qual a sua utilidade, qual a sua mais-valia ?

Este livro é uma base sólida.

É uma base sólida para a construção, a vossa construção, do vosso sistema de Preparação, pessoal e personalizado.

E quem, ao iniciar uma construção, com todo o trabalho e investimento que se lhe apresenta pela frente não quer assentar tudo isso numa base sólida?

Convenhamos que, por falta desta base sólida, muitas pessoas desistem da Preparação, muitas vezes vítimas do infame "Prepper Burnout". Algumas, como este vosso amigo, aprendem com os erros e retomam após esta batalha perdida, para continuar e tentar vencer a guerra. Às vezes, cai-se definitivamente no campo de batalha. Outras vezes vence-se, raramente incólumes.

Hoje, estou em posição de dizer a quem se inicia, que um início sustentado é por aqui, por este livro e que os mais experientes, não perdem nada em recapitular, recarregar e limpar armas e quem sabe revigorar-se nestas páginas.

Vejamos, fazer colecção de facas (ainda que "de Sobrevivência") canivetes e isqueiros não é Preparação. Ter uma "horta de varanda" não é per se, Preparação.

Se não existe uma base, uma motivação informada e educada, um saber - Porque, Para que, O que e Como - estamos apenas a prepararmo-nos para falhar.

Não vale a pena alongar-me sobre esta ideia aqui, neste prefácio, mas a culpa desta forma pouco eficiente e até perigosa de pensar a Preparação é não só do indivíduo, como da comunidade e até de uma indústria associada

a esta área.

Indivíduo, Comunidade e Indústria são pilares da Preparação mas, sem uma base, sem "sapatas" fortes, não passam de uma ilusão de sustentação.

Este livro nunca poderia cobrir tudo o que é relevante nesta temática da Preparação dada a complexidade e ramificação de sub-temas. Desconfie-se até dos que dizem que isso é possível.

Mas esta obra não falha naquilo que é mais necessário como criar na mente das pessoas a ideia de que a Preparação não só é possível como necessária e desejável, dando ainda a ajuda necessária com um roteiro suficientemente esclarecido para que cada um, se verdadeiramente interessado, tenha as melhores ferramentas para iniciar o seu processo de Preparação.

Este livro desfaz mitos, alguns deles extremamente prejudiciais ao objectivo de atingir patamares aceitáveis de Preparação. Este livro ensina ao invés de exibir em vitrina o seu autor.

Este livro é um porto seguro onde voltar de cada vez (e isso vai acontecer) que nos sentirmos a falhar o nosso objectivo ou partes dele.

Este livro pode, eventualmente e efectivamente, salvar-lhe a vida e/ou a dos seus.

Na vida, em tudo o que é mais complexo e em especial nos temas que como este têm potencial para impactar fortemente a nossa própria sobrevivência , devemos validar as nossas fontes de informação e educação, o que e com quem aprendemos.

A capacidade que o outro tem para nos ensinar, a validade e relevância daquilo que tem para nos ensinar, a própria motivação que tem para ensinar ou para simplesmente partilhar informação, tudo deve ser aferido. E o resultado diz muito, senão tudo, o que devemos saber sobre autores, formadores, professores, especialistas, peritos... Quem escreve este tipo de livro não pode e, portanto, se calhar não deve dar garantias de resultados no que à Preparação concerne. Afinal a Preparação é, como disse, uma questão pessoal, por vezes íntima, outras vezes de pequenos núcleos, familiares ou não, que pode beneficiar de ajuda da Comunidade e até da Indústria ou da Sociedade em geral, mas em última análise, é sempre uma questão pessoal e com todas as inerências a esse facto.

A Preparação não é um processo fácil.

A Preparação não oferece garantias.

Estar Preparado é melhor do que não estar Preparado.

Se leu este prefácio até aqui, este livro deve estar na sua biblioteca.

Se não sabia, fica a saber que existe em Portugal quem se Prepare e tenha este *mindset* e descobrirá também que existem muitas realidades diferentes (e não níveis, porque isto não é um jogo de plataformas e aqui só se tem uma vida) em praticamente cada caso individual.

Existem também muitas formas diferentes de atingirmos uma Preparação que satisfaça as nossas necessidades, com a certeza porém de que nunca será uma Preparação perfeita e que este é um trabalho em constante desenvolvimento mas que uma Preparação eficaz é, na maioria dos casos é atingível.

E assim o desejamos.

Eu, sinto-me perfeitamente à vontade ao prefaciар este livro.

Mais, recomendo-o a qualquer pessoa, interessada ou não em Preparar-se.

A todos, a melhor das sortes.

Ao autor e meu amigo Sérgio Gomes, com quem tenho o prazer de discutir e desenvolver estas temáticas nunca com tanta disponibilidade quanto gostaríamos,

Audentes Fortuna Juvat

Ricardo "Hot Shots " Marreiros

**Criador do projecto "Hot Shots
Sobrevivência, Preparação e Bushcraft".**