



CHECKLIST DO BLACKOUT

CEARÁ SELVAGEM

Preparação, autonomia e tranquilidade para quando a tomada fica em silêncio.

Nome do Sobrevivente: _____

Data de Preparação: ____/____/____

Blackout Previsto? ■ Sim ■ Não ■ Tô é preparado de qualquer jeito

Como usar: marque cada item concluído. Reavalie o checklist periodicamente e adapte quantidades, equipamentos e métodos à realidade da sua família, região e condições de segurança.

■ ÁGUA — PRIORIDADE MÁXIMA

- Tenho pelo menos 20 litros de água armazenados por pessoa
- Instalei calhas para o sistema de captação de chuva
- Tenho recipientes limpos (galões, garrafões, tonéis)
- Sei filtrar com filtro de barro ou pano
- Sei ferver água na fogueira
- Tenho água sanitária ou cloro para purificar em emergência

■ COMIDA — DISPENSA ESTRATÉGICA

- Arroz (pelo menos 5 kg)
- Feijão (pelo menos 3 kg)
- Farinha de mandioca (pelo menos 3 kg)
- Açúcar e sal (1 kg cada)
- Café em pó (500 g)
- Óleo de cozinha (1 litro)
- Carne de sol ou charque (2 kg)
- Enlatados (sardinha, atum, milho, ervilha)
- Leite em pó (1 kg)
- Macarrão (1 kg)
- Temperos (alho, cebola, cominho, pimenta)

■ HORTA E COLHEITA

- Tenho sementes de horta (alface, couve, coentro, cebolinha)
- Tenho sementes de feijão e milho
- Canteiros preparados com terra adubada
- Sei plantar e colher de acordo com a lua
- Tenho enxada, pá e regador manual

■ PRESERVAÇÃO DE ALIMENTOS

- Construí ou tenho acesso a uma adega subterrânea
- Sei salgar e curar carne de sol
- Sei defumar carne ou peixe
- Tenho potes de vidro com tampas herméticas para conservas
- Montei um desidratador solar (ou uso o sol direto)
- Sei fazer conserva de legumes e frutas

■ COZINHA ALTERNATIVA

- Fogão a lenha montado e funcionando
- Tenho lenha seca acumulada (pelo menos 2 semanas)
- Forno solar construído (caixa de papelão com alumínio)
- Fogão rocket (de latas ou tijolos) — sei fazer
- Paneiro ou ferro para pendurar panela na brasa
- Frigideira de ferro e panela de ferro

■ COZINHA E RECEITAS

- Sei fazer baião de dois na brasa
- Sei fazer carne de sol com macaxeira
- Sei fazer escabeche de peixe (conserva)
- Sei fazer beiju de farinha de mandioca
- Sei fazer aluá (refresco de milho fermentado)

■ ILUMINAÇÃO E ENERGIA

- Lâmpadas solares carregadas e funcionando
- Lanterna de manivela
- Velas de cera ou sebo (pelo menos 10)
- Lampião a querosene ou óleo de cozinha
- Fósforos à prova d'água e pederneira
- Rádio de manivela (para notícias)

❄️ ■ CLIMA — FRIO E CALOR

- Ventilação cruzada (janelas e portas abertas em lados opostos)
- Sombras criadas (toldos, lonas ou árvores)
- Cobertores e mantas para o frio
- Isolamento de um cômodo para concentrar calor

■ HIGIENE E BANHEIRO

- Banheiro seco de compostagem montado
- Serragem ou palha picada disponível
- Balde separado para coleta de xixi e cocô
- Cinzas para cobrir e reduzir cheiro
- Sabão caseiro (para lavar as mãos)

■ HABILIDADES DE SOBREVIVÊNCIA

- Sei pescar (linha, anzol, tarrafa)
- Sei reconhecer frutos silvestres comestíveis
- Sei fazer armadilhas e bodoque
- Sei identificar plantas medicinais
- Sei amarrar nós básicos (nó de correr, nó direito)
- Tenho um plano de comunicação com a família (ponto de encontro)

■ KIT DE EMERGÊNCIA — MOCHILA

- Facão / faca de sobrevivência
- Pederneira e fósforos
- Corda de sisal
- Cantil com água
- Lanterna e pilhas
- Kit de primeiros socorros
- Capa de chuva
- Mapas da região (mesmo que rabiscados)

■ ROTINA DE PREPARAÇÃO

- Treinei cozinhar no fogão a lenha antes do blackout
- Testei meu sistema de captação de chuva
- Ensinei minha família os 10 passos do guia
- Fiz uma simulação de um dia sem energia (só para ver como é)
- Conversei com vizinhos sobre ajuda mútua

LEMBRETE DO CEARÁ SELVAGEM

■ O blackout não é o fim — é o começo da sua história de independência.

■ O pânico é seu pior inimigo. A calma e a preparação são suas melhores armas.

■ A natureza não precisa de tomada pra te dar vida. Aprenda com ela.

IMPRIMIU? PREENCHEU? GUARDA NUM LUGAR SECO E VISÍVEL.

Se o blackout bater, você sabe o que fazer.

■ cearaselvagem.com • Conteúdo sobre sobrevivência, vida ao ar livre, natureza, autonomia e Ceará.