

# MAPA DAS TRILHAS DA SERRINHA DO PARANOÁ



Instagram: @OcadoSol  
 Website: institutoocadosol.org



### TRILHA DAS ÁGUAS

Nível de Dificuldade: MODERADO  
 Distância: 24 km  
 Ponto de Encontro: Parque Vivencial

bit.ly/trilhaag

### TRILHA BOMTEMPO

Nível de Dificuldade: MÉDIA  
 Distância: 22 km  
 Ponto de Encontro: Área em frente ao Restaurante Fogão à Lenha.

bit.ly/trilhabt

### TRILHA PENÍNSULA DO LAGO NORTE (URBANA)

Nível de Dificuldade: FÁCIL  
 Distância: 20 km  
 Ponto de Encontro: Estacionamento do Pão de Açúcar.

bit.ly/trilhapln

### TRILHA PAMONHAS

Nível de Dificuldade: MÉDIA  
 Distância: 18,2 km  
 Ponto de Encontro: Estacionamento do Posto Colorado.

bit.ly/trilhap

### TRILHA CALIANDRAS

Nível de Dificuldade: FÁCIL/MÉDIA  
 Distância: 10,7 km  
 Ponto de Encontro e Ponto Zero: Estacionamento da Torre de TV Digital.

bit.ly/trilhac

### TRILHA PEDRA DOS AMIGOS (URUBU-JERIVÁ)

Nível de Dificuldade: FÁCIL  
 Distância: 3,6 km (2,9 Urubu/Jerivá + 0,7 Cachoeirinha do Urubu)  
 Ponto de Encontro: Estacionamento do Largo do Araguaia.

--- TRILHA ADAPTADA

Nível de dificuldade: Fácil  
 Distância: 1,2 km

bit.ly/trilhapa



- #### LEGENDA NUMÉRICA
- |                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| 1 PONTE DO BRAGUETO               | 14 MIRANTE PEDRA DOS AMIGOS                    |
| 2 BALÃO DO TORTO                  | 15 ESCOLA CLASSE DO ASPHALTO                   |
| 3 SHOPPING QUATERN                | 16 CENTRO COMUNITÁRIO DO PALHA                 |
| 4 CENTRO ESPORTIVO VARJÃO         | 17 ESTAÇÃO DE TRATAMENTO DE ÁGUA DO LAGO NORTE |
| 5 CENTRO COMUNITÁRIO ZILDA ARNS   | 18 EMPÓRIO DO VALE                             |
| 6 CASA DE CULTURA DO VARJÃO       | 19 ESTAÇÃO BLENVATÓRIA - CAESB                 |
| 7 CENTRO COMUNITÁRIO OLHOS D'ÁGUA | 20 SPA BALSAMO                                 |
| 8 IGREJA CÉU DO PLANALTO          | 21 FAROL DO CERRADO                            |
| 9 ATELIÊ ALCIO                    | 22 ATELIÊ DO LOURENÇO DO BEM                   |
| 10 INSTITUTO SALVA - ISSA         | 23 MEMORIAL DAS IDADES DO BRASIL               |
| 11 GALPÃO CULTURAL NOR DO BANHUI  | 24 ESCOLA DE BODIZANDA DO DF                   |
| 12 PARQUE DE PRODUÇÕES            | 25 TERREIRO MÃE BAIANA                         |
| 13 LARGO DO ARAGUAIA              | 26 ESPAÇO PANORAMA                             |
|                                   | 27 VILLA GIARDINI                              |

- #### LEGENDAS
- |                            |                         |
|----------------------------|-------------------------|
| NASCENTES                  | ESTRADAS PARQUE         |
| CORREGOS E RIBEIROS        | VIAS SECUNDÁRIAS        |
| ACESSOS (ESTRADA DE TERRA) | SIGA À DIREITA          |
| TRILHA ADAPTADA            | SIGA À ESQUERDA         |
| BR-450                     | SIGA EM FRENTE          |
| MONUMENTO                  | CAMINHADA / TRILHA      |
| IGREJA / TEMPLO            | BICICLETA / BIKE        |
| ESTACIONAMENTO             | INFORMAÇÕES DAS TRILHAS |
| ESCOLA                     | REFEIÇÃO                |
| PARQUE                     | CIRCUITO DE MALHAÇÃO    |
| VISTA PANORÂMICA           | PISTA DE SKATE          |
| PARQUE INFANTIL            | PONTO DE ENCONTRO       |
| BANHEIRO                   | COMUNITÁRIO - PEC       |
| DEFICIENTE AUDITIVO        | SEDE ADMINISTRATIVA     |
|                            | DEFICIENTE FÍSICO       |

- #### ESTRADAS PARQUE
- EPCT - ESTRADA PARQUE CONTORNO
  - EPIA - ESTRADA PARQUE INDÚSTRIA E ABASTECIMENTO
  - EPNA - ESTRADA PARQUE DAS NAÇÕES
  - EPPN - ESTRADA PARQUE PENÍNSULA NORTE
  - EPPR - ESTRADA PARQUE PARANOÁ
  - EPTT - ESTRADA PARQUE TORTO



### TRILHA CAMINHOS DO PLANALTO CENTRAL (Arco União - 72km)

Integra o Caminho dos Goyazes e a Rede Brasileira de Trilhas. Contorna o Parque Nacional e conecta: Rio da Palma, Lago Oeste, Serra da Contagem, Serrinha do Paranoá, Rota do Cavalo, Ecomuseu Pedra Fundamental.



BRASÍLIA-DF  
MARÇO DE 2021



O Projeto Águas foi lançado em 2015 pelo Instituto Oca do Sol, com o envolvimento da comunidade da Serrinha do Paranoá e parceria de Instituições Públicas. Visa o cuidado com o meio ambiente, em especial as Águas da Serrinha, "bem comum bem de todos", por meio de ações teórico-técnico vivenciais, ampliando o conhecimento da realidade local, num processo de construção das soluções sustentáveis, com base nos princípios da Carta da Terra.

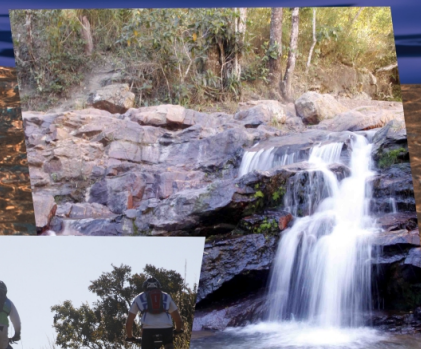


usufruir e preservar o patrimônio ambiental, em especial nascentes, córregos, cachoeiras e cerrado. O Projeto sinalizou seis trilhas, sendo a trilha Pedra dos Amigos uma trilha inclusiva, adaptada para pessoas com deficiência - PcDs inaugurada em 2019. Conta com placas em Braille, bancos para descanso e uma belíssima paisagem do cerrado, com flores e frutas de época.



O maior recurso utilizado por nós é a "boa vontade" das pessoas, lideranças e movimentos comunitários, órgãos públicos, setor privados e instituições de ensino fundamental, médio e universidades.

Na Serrinha do Paranoá são 4 trilhas rurais e na península do Lago Norte são 2 trilhas urbanas. Cada trilha é sinalizada com uma cor que conta com QR CODE, conforme consta no mapa. Quem optar pelo passeio urbano poderá conhecer o Parque Vivencial, o Parque das Garças, o Parque Esportivo na "Quebra da 13", o Viveiro Comunitário do Lago Norte. Nas trilhas rurais, os visitantes podem vivenciar experiências únicas no cerrado da Serrinha do Paranoá. Em breve será criado o Parque Pedra dos Amigos, com a trilha inclusiva e visual deslumbrante.



## Conheça melhor o Projeto Águas:

- Publicação do artigo "Projeto Águas", no IV ENANPÁRO 2016
- Publicações científicas no tema **Cidades Sensíveis à Água**, em parceria com a FAU/UnB
- Metodologia de Mapeamento Comunitário em Ambiente Periurbano - MCNPU, reconhecida como uma tecnologia social pela Fundação Banco do Brasil (2019)
- Metodologia "Guardiões das Nascentes", considerada, em 2020, entre as 10 melhores soluções da sociedade civil no Brasil, quanto ao atendimento dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) pelo Instituto Democracia e Sustentabilidade (IDS).
- Projeto **Ecotrilhas** (2017-2020), premiado pelo III Seminário de Boas Práticas do Instituto Chico Mendes da Biodiversidade - ICMBio
- Projeto **Ecotrilhas** - destaque no **Prêmio Brasília: Um Novo Olhar do Turismo - 2020**, na modalidade de **Experiências Acessíveis**, uma premiação da **Secretaria de Turismo GDF**.



## COMO UTILIZAR ESTE GUIA:



Podem ser acessadas pelo Qrcode presente neste guia e visualizadas também pelo site: Rebas do Cerrado.



Ao usuário do serviço é dada a opção de selecionar a trilha conforme sua cor, a extensão a ser percorrida e os níveis de dificuldade.



E aí é só seguir a pegada sinalizada na trilha conforme sua direção e aproveitar a pedalada ou caminhada!



No trajeto, você verá sinalização de alguns pontos turísticos e ambientais da região, com identificação de árvores típicas do cerrado, de animais e de nascentes.



A Serrinha do Paranoá é uma microrregião com várias nascentes e responde por até 25% das águas que formam o Lago Paranoá. O Projeto Ecotrilhas contribui para manter o cerrado em pé, para conservar as águas e disseminar o conhecimento sobre a importância da região. São ações fundamentais não só para os habitantes locais, mas também para o futuro de Brasília que é Patrimônio Cultural da Humanidade.



www.institutoocadosol.org