

# MAPA DAS TRILHAS DA SERRINHA DO PARANOÁ



@OcadoSol  
 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.

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 QUATREM                | 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 BENSERVITÓRIA - CAESB               |
| 7 CENTRO COMUNITÁRIO OLHOS D'ÁGUA | 20 SPA BALSAMO                                 |
| 8 IGREJA CÉU DO PLANALTO          | 21 FAROL DO CERRADO                            |
| 9 ATELIÊ ALCANTARA                | 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 BIODANÇA DO DF                    |
| 12 PARQUE DE PRODUÇÕES            | 25 TERREIRO MÃE BAIANA                         |
| 13 LARGO DO ARAGUAIA              | 26 ESPAÇO PANORAMA                             |
|                                   | 27 VILLA GIARDINI                              |

- LEGENDAS**
- |                                     |                             |                      |                  |
|-------------------------------------|-----------------------------|----------------------|------------------|
| NASCENTES                           | CORREGOS E RIBEIROS         | ESTRADAS PARQUE      | VIAS SECUNDÁRIAS |
| ACESSOS (ESTRADA DE TERRA)          | TRILHA ADAPTADA             | BR-450               | SIGA À DIREITA   |
| MONUMENTO                           | IGREJA / TEMPLO             | ESTACIONAMENTO       | ESCOLA           |
| PARQUE                              | VISTA PANORÂMICA            | PARQUE INFANTIL      | BANHEIRO         |
| DEFICIENTE AUDITIVO                 | HORTA COMUNITÁRIA / VIVEIRO | CAMPO DE FUTEBOL     | CACHOEIRA        |
| ART                                 | NATACÃO                     | AVIAMENTO DE AVES    | LOCAL PARA BANHO |
| COOPERVIA                           | DEFICIENTE VISUAL           | CAMINHADA / TRILHA   | BICICLETA / BIKE |
| INFORMAÇÕES DAS TRILHAS             | REFEIÇÃO                    | CIRCUITO DE MALHAÇÃO | PISTA DE SKATE   |
| PONTO DE ENCONTRO COMUNITÁRIO - PEC | 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.

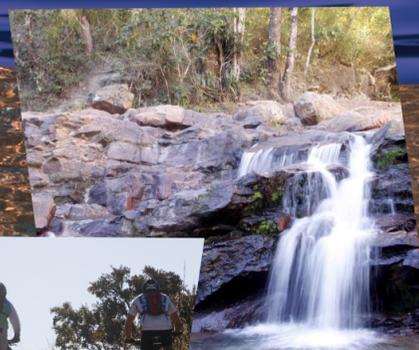


usufruir e preservar o patrimônio ambiental, em especial nascentes, córregos, cachoeiras e cerrado. O Projeto sinalizou seis trilhas, sendo a trilha Pedra dos Amigos uma trilha inclusiva, adaptada para pessoas com deficiência - PcDs inaugurada em 2019. Conta com placas em Braille, bancos para descanso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

Realização: Parcerias:

## 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