

Nos vamos de NATURALEZA



Guía de naturaleza del Parque Itchimbia

un proyecto del Zoológico de Quito



Esta no es una guía común. Te propone descubrir el parque desde la exploración, el arte, el juego, la contemplación y la ciencia. En su interior encontrarás un mapa con consignas. Déjate llevar y conoce el mundo natural desde la imaginación y la creatividad.



Explora paso a paso

Identifica en el mapa el punto de inicio y los lugares sugeridos para realizar cada consigna.



Conéctate con el entorno

Busca un lugar tranquilo, quítate los zapatos, respira profundo y silencia tu mente unos minutos para sentir la conexión con el bosque.

Si vas en grupo, elijan alguien que lea en voz alta las consignas.



Protege la vida silvestre

Deja que las plantas crezcan en su entorno y observa a los animales silvestres sin interferir.

Deposita tu basura en los contenedores adecuados.



Escucha las voces

Oye la voz del parque, que se dirige a ti para contarte su sentir y sus secretos. A través de sus palabras descubre su espíritu.

Escucha la voz del personaje guía de este parque, quien te acompañará a adentrarte en los senderos y jugar con las actividades.



El Parque Itchimbia, en el centro de Quito (José María Aguirre NH-108 y Concepción), se asienta entre los barrios El Dorado y La Tola. Ubicado en la cima de un cerro sagrado, es un mirador natural que resguarda la biodiversidad y la memoria.



Descarga la guía en formato audible o en digital.

Voz Parque



Voz Guía



SOY EL ITCHIMBÍA.

Mis árboles crecen sobre un cerro sagrado. A veces escucho los susurros de aquellas épocas preincaicas, cuando, desde esta loma, se adoraba al dios sol, Inti, y a la diosa luna, Killa.

Hubo un tiempo en que montañas de basura cubrieron este territorio: fui botadero, morí un poco. Pero en el 2004 volví a nacer.

NACÍ PARQUE. NACÍ BOSQUE.



El poder regenerativo de la naturaleza y la fuerza colectiva de la ciudadanía me transformaron en un bosque nativo, donde habitan plantas sanadoras, aves, insectos, ranas... vida.

Me conocen como La Botica de Quito.



las mujeres yerbateras todavía recolectan mis hojas para preparar brebajes y ungüentos.

Soy un tesoro de sabiduría natural.



Desde los 2 700 metros de altura, soy mirador de casi todo Quito.



Cuando el cielo se despeja, mis ojos se extienden sobre las calles empedradas del centro histórico y las luces titilantes de los edificios modernos.



Esta ciudad de dos caras despierta enmarcada por los Andes y los volcanes que la abrazan.



Aquí se alza el Palacio de Cristal...



Antes fue un mercado. Hoy sus muros transparentes guardan el arte, la historia y los reflejos del cielo quiteño.



No es casualidad que me encuentre cerca del casco antiguo de la ciudad, del origen, donde se esconden secretos subterráneos que solo la tierra conoce. Esa misma tierra de la que emergen rastros del patrimonio cultural y natural de Quito.



Soy un sitio donde las especies de flora y fauna inhalan y exhalan a nuestro propio ritmo. Conéctate conmigo, con mis misterios del ayer y la biodiversidad de mi ahora.

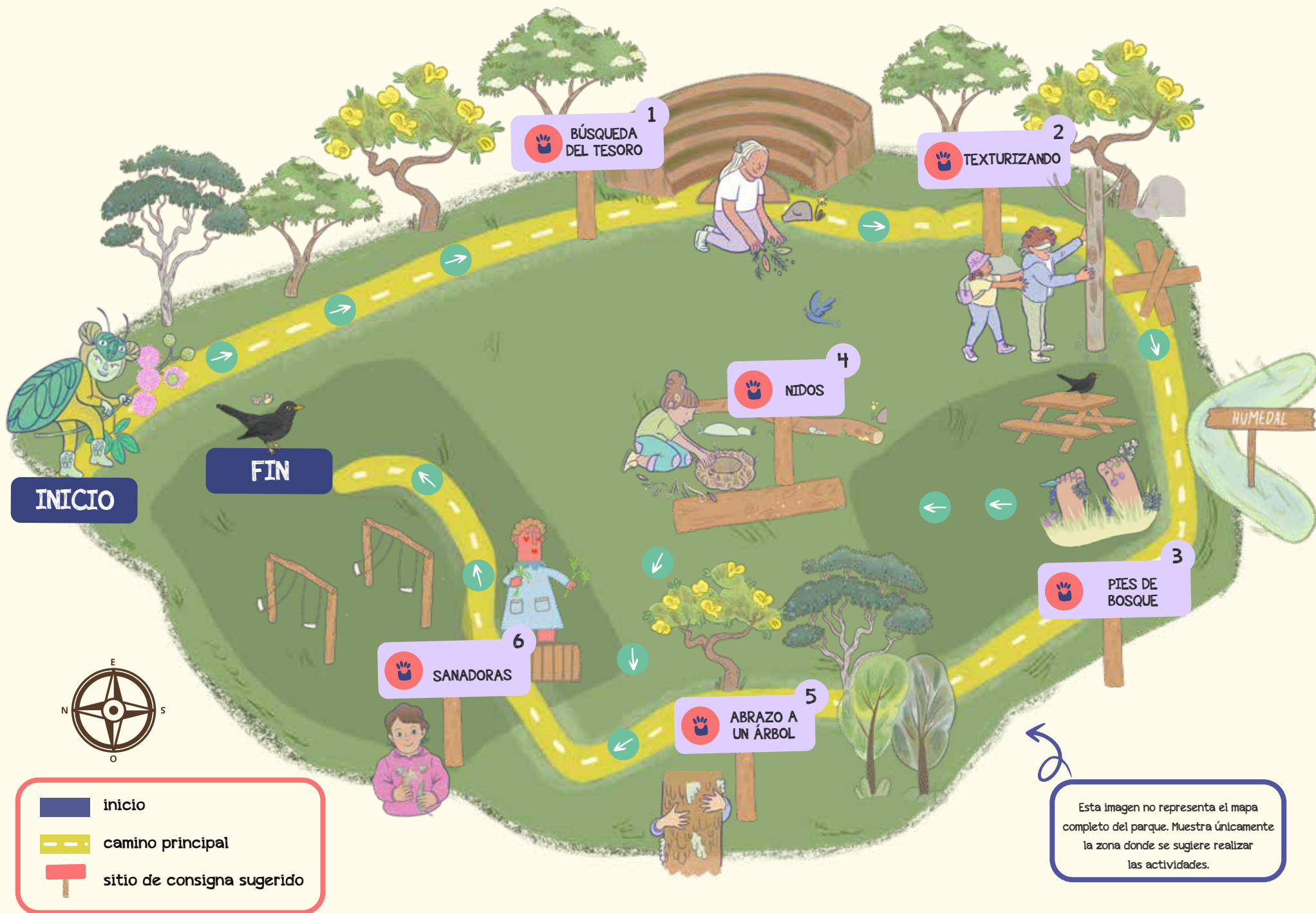
Descubre, junto a este pequeño ser, cómo un parque puede sorprenderte de formas inesperadas.



FLÍU... FLÍU...
CHRI-CHRI-CHRÚ...



Déjate guiar por ella.



INICIO

FIN

1
BÚSQUEDA
DEL TESORO

2
TEXTURIZANDO

4
NIDOS

3
PIES DE
BOSQUE

6
SANADORAS

5
ABRAZO A
UN ÁRBOL



- inicio
- camino principal
- sitio de consigna sugerido

Esta imagen no representa el mapa completo del parque. Muestra únicamente la zona donde se sugiere realizar las actividades.



BUENOS DÍAS, BUENAS TARDES...
¿BUENAS NOCHES?

Hoy seré tu guía. soy la guardiana del cerro Itchimbia. Llevo el verde de las hojas y la fuerza de los insectos que habitan este bosque. Me muevo entre flores y ramas, escucho los secretos del viento y cuido las plantas sanadoras que crecen en este parque desde tiempos muy antiguos.

Estoy aquí para acompañarte a descubrir lo que no siempre se ve.
los latidos pequeños de la vida.

Antes de empezar, busca una piedra. Mírala bien, tócala, escúchala... y guárdala. Será tu amuleto de aire durante todo el camino.

Nos moveremos por los rincones de este parque, lleno de voces, personajes e historias. Si caminas... con calma, quizá me veas... o tal vez solo me sientas.

ÍCONOS QUE REPRESENTAN
CADA ACTIVIDAD



Exploración



Juego



Contemplación



Arte



Ciencia



¡EMPECEMOS!
EXPLORA EL MAPA.

Voz Parque



Voz Guía



1. BÚSQUEDA DEL TESORO



Marca con X si
terminaste la actividad.



Avanza por el sendero y recoge:
un elemento natural redondo,
un palito de madera, flores y
hojas de diversos colores,
formas y tamaños.

NO ARRANQUES NADA.



Busca entre la
hojarasca.



Ahora es momento
de ¡CREAR! una obra
colectiva.



Explora estos caminos con tu capacidad de asombro muy despierta. CONTEMPLA. Contemplar no es solo mirar. Es dejar que el bosque entre en ti, por tu pecho, por tu alma.

2. TEXTURIZANDO

☐ Marca con una X si terminaste la actividad.

En este lugar lleno de árboles, pide que alguien cubra tus ojos y te guíe hasta un árbol. Tócalo con suavidad y recorre su tronco, ramas y hojas.

¿Qué texturas percibes? ¿A qué huele?
Aléjate del árbol.
Quítate la venda e intenta reconocerlo basándote en la experiencia sensorial que tuviste.



Despierta tus pasos. Aquí, debajo de cada hoja, hay vida que cura, que canta, que recuerda.

3. PIES DE BOSQUE

☐ Marca con X si terminaste la actividad.

Descalza tus pies. Primero, imagina que se transforman... en los de una rana: con dedos unidos por una telita para nadar y trepar.



Luego, en los de un mirlo: delgados y fuertes, ideales para posarse y escarbar.



Y, por último, en los de una lagartija: ágiles y veloces, con escamas microscópicas que permiten trepar paredes.



Vuelve a tus pies. Siente la hierba... coloca hojas y flores entre tus dedos.



Conecta con la vida que camina, salta, vuela y canta sobre la tierra.

4. NIDOS

☐ Marca con X si terminaste la actividad.

En los parques se esconden nidos asombrosos, lugares que los animales usan para refugiarse, dormir o cuidar a sus crías.

¡Construye un nido!

Los nidos pueden estar hechos de palitos, hojas, plumas, barro, piedras o ser huequitos dentro de árboles o debajo de la tierra.



Haz un huequito para un insecto, usa piedras para una guagsa (*Stenocercus guentheri*), ramitas para un huevo de quinde herrero y un marsupio para los huevos de la rana marsupial.



Escucha con el corazón. Ese canto que llena el aire es del mirlo, ser alado de este bosque.

5. ABRAZO A UN ÁRBOL

☐ Marca con X si terminaste la actividad.

Es momento de liberar tu amuleto de aire, esa piedra que recogiste al inicio. Elige un árbol y colócala al pie de su tronco.



Abrázalo. Te llenará de tranquilidad.



Cierra los ojos y pídele un deseo.



Si vas en grupo, organicen un abrazo colectivo y rodeen el árbol de tal manera que sus dedos apenas se rocen y abarquen todo su tronco.

6. SANADORAS

☐ Marca con X si terminaste la actividad.

Busca con la vista, pero no toques nada.



Uña de gato
(Mimosa albida)

Uña de gato, para el espanto. Posee espinas como garras y flores rosadas.

Flor de iso, para la tos y las heridas. Sus flores son azul violeta y tienen forma de espiga.



Flor de iso
(Dalea serotina)

Arrayán, antiséptico. Sus hojas huelen fresco al frotarlas.



Arrayán
(Myrcianthes hallii)

Crea tu propio atado sanador, pero sin dañar ninguna planta. Usa solo flores caídas, hojas secas o ramitas del suelo.

Une todo con un hilo o fibra natural, y cuélgatelo en el cuello como un recordatorio del poder curativo de la naturaleza.



IDENTIFICACIÓN DE UN ÁRBOL



Cholán
(Tecoma stans)

Identifica esta especie de árbol, sácale una foto y compártela en las redes sociales con el hashtag #NosVamosDeNaturaleza.

Primero, observa su altura: este árbol puede crecer hasta 5 metros y tiene muchas ramas. Luego, toca su tronco: su corteza es lisa y suave.

Después, mira sus hojas largas, verdes y brillantes. A continuación, fíjate bien en sus flores amarillas en forma de campana. Finalmente, busca sus vainas colgantes, verdes o cafés, donde se esconden semillas aladas que viajan con el viento.

SI VES TODO ESTO, ¡ESTÁS FRENTE A UN CHOLÁN!



Tronco liso con muchas ramificaciones.



Hojas terminadas en punta de color verde.



Flores como campanas amarillas.



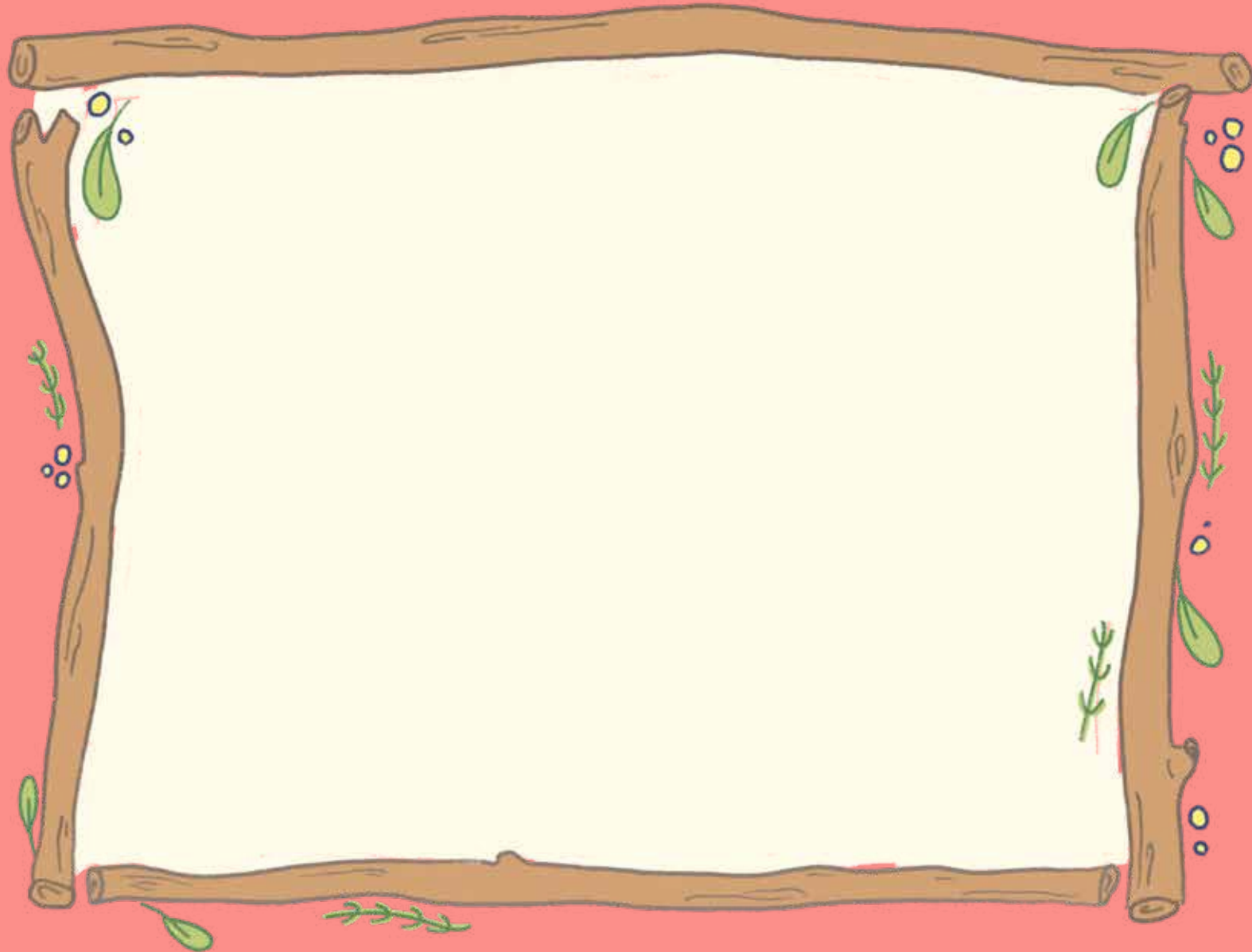
Vainas alargadas y color marrón.



Semillas pequeñas y aladas.

ESCRIBE TU NOMBRE CON LA NATURALEZA

Recolecta palitos secos, rómpelos y forma las letras.
Agrega otros elementos naturales. Luego, dibuja
en esta hoja cómo quedó tu nombre hecho de bosque.



Nos vamos de NATURALEZA

CRÉDITOS:

Dirección del proyecto: Gabriela Arévalo

Diseño, desarrollo y ejecución: Gabriela Arévalo,
Ana Arias, Anderson Ríos

Ilustraciones: Sofía de La Torre / La Guaytamba

Diseño y diagramación: Melissa Mejía / La Tigra

Textos: Gabriela Arévalo - Fotografía: Andrés Reinoso

#NosVamosDeNaturaleza

<https://parques.quitozoo.org/>

Gracias por caminarme con calma, por mirar con atención y escuchar mis susurros. Llévate el viento en la piel, una historia en el corazón y el recuerdo de este bosque que renació. Soy el Parque Itchimbia y aquí estaré, con mis raíces profundas y mis ramas abiertas, esperándote para cuando quieras volver. ¡Hasta pronto!

