

# Nos vamos de NATURALEZA



Guía de naturaleza del  
Parque Las Cuadras

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.



### 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.



### Explora paso a paso

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



### 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 Las Cuadras, en el sur de Quito (Avenida Rumichaca y Amaru Ñan), es un espacio natural atravesado por las quebradas que forman al río Machángara



Descarga la guía en formato audible o en digital.

Voz Parque



Voz Guía





## SOY LAS CUADRAS.

un parque de semillas, ranas y gente.  
Un parque donde la vida de las plantas inicia y se extiende a toda la ciudad.

Quando vayas por mis senderos te darás cuenta de que hay quebradas por las que fluyen ríos y donde se esconden un montón de plantas, pájaros, ranas e insectos.



Unos pájaros dispersan semillas; otros se comen a los bichos y los ratones. Cada uno de estos animales me ayuda mucho para que yo siga siendo un espacio de vida, sombra y aire fresco.



ME ASOMBRA LA TERNURA DE QUIENES ABRAZAN MIS ÁRBOLES.



Apenas nace el sol escucho los pasos ligeros de ancianas y ancianos que caminan por mis senderos, se emocionan con la presencia de un pájaro brujo, recuerdan el tiempo en que las ranas croaban hasta el amanecer y sonríen con los ojos cerrados cuando rodean un árbol con sus brazos.



simur es un personaje especial.



un perrito negro que corre de un lado a otro y que sabe estar tranquilo cuando es el momento de acompañar.



Dicen que abrazar un árbol les recarga de energía, que sienten paz. Para mí este gesto de amor al bosque los conecta con la tierra.



Lo veo caminar junto a hombres y mujeres que cuidan de mí, manteniendo limpios y verdes mis caminos.



Aquí funciona un laboratorio científico donde se germinan semillas nativas de plantas que luego son sembradas en toda la ciudad.

Se cultivan las plantas más difíciles, como las orquídeas y las bromelias que son más raras y propias de Quito.

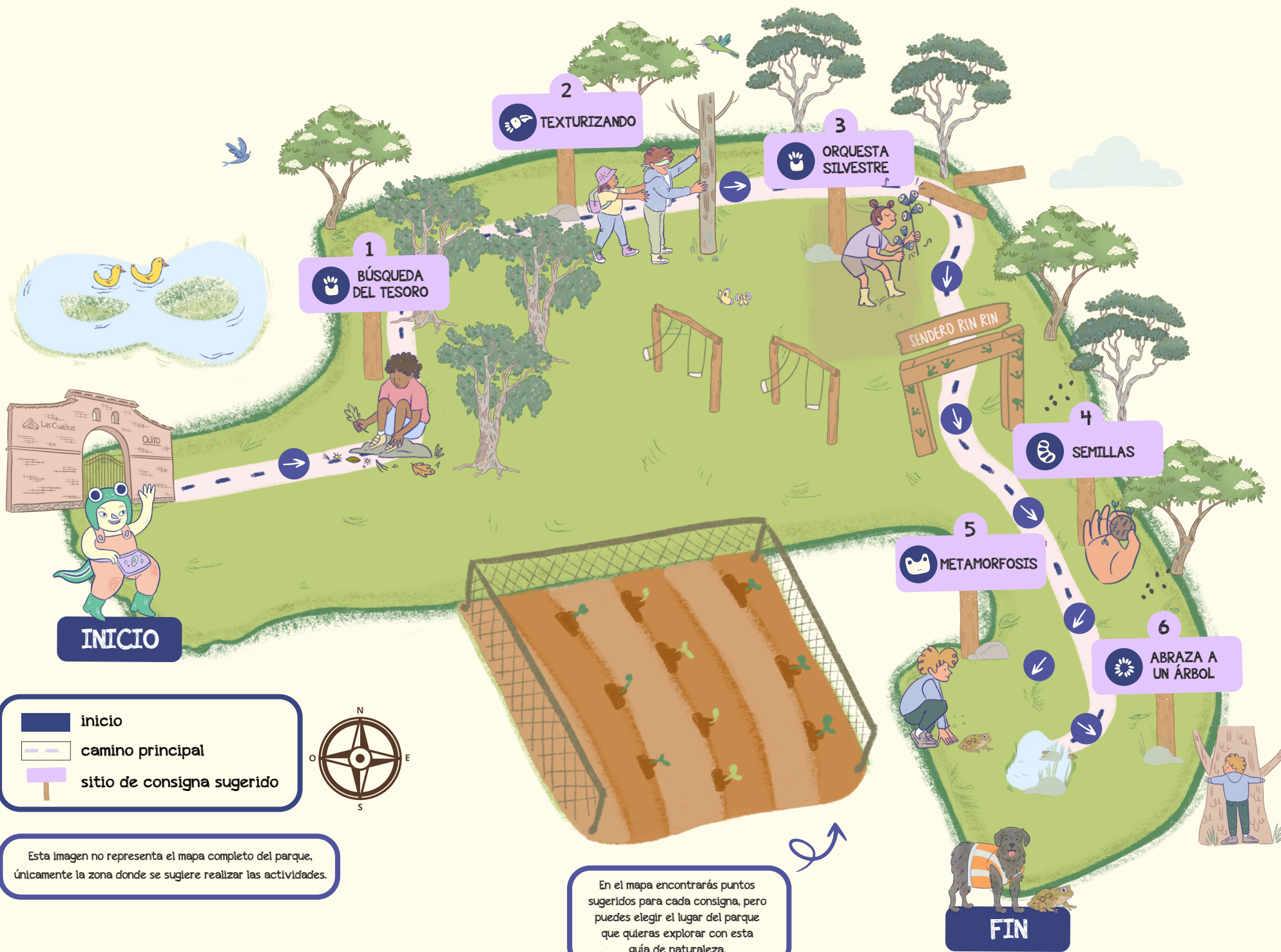
Te invito a jugar entre mis senderos, respirar y descubrir la ciencia en la naturaleza. Durante esta experiencia te acompañará un pequeño ser.



CROAC TOC TOC TOC.

Déjate guiar por él.







¡HOLA! SERÉ TU GUÍA HOY.

NOS ESPERA UN TIEMPO DE EXPLORACIÓN Y JUEGO.  
¡BIENVENIDA! ¡BIENVENIDO!

Este es un parque de tierra, recuerda que aquí florece siempre nueva vida.

Atención a los detalles, desde la más diminuta pepita hasta la más extraña forma, podría ser una semilla.

UNO, DOS Y TRES ¡EMPEZAMOS!...

busca una piedra o una semilla de eucalipto, no la sueltes, ella será tu amuleto de tierra durante todo el camino.

si te gusta el agua, la laguna de patos es un buen lugar para iniciar.

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.



Cuatro centenario eucaliptos guían la mirada hasta el cielo. Son tan altos que parece que tocan las nubes. Son los únicos árboles patrimoniales de este parque. Si llegas a estar cerca de ellos, sentirás que estás en medio de gigantes.

## 2. TEXTURIZANDO

☐ Marca con 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. Quitate la venda e intenta reconocerlo basándote en la experiencia sensorial que tuviste.



## 3. ORQUESTA SILVESTRE

☐ Marca con X si terminaste la actividad.

Convierte troncos en tambores, hojas secas en maracas. Marca el ritmo golpeando dos piedras.

Transforma el entorno en la banda sonora de esta experiencia.



AÑADE SONIDOS INSPIRADOS EN LA NATURALEZA  
COMO EL CANTO DE UN AVE O EL ROAC TOC TOC DE UNA RANA MARSUPIAL  
O EL CLICK CLICK CLICK DE UNA RANA CUTÍN

(Pistimantis unistrigatus).



(Gastrotheca riobambae)



Uilli uillis (renacuajos) de rana marsupial habitan este parque. Inician su vida en los charcos y, al desarrollarse, saltan entre las plantas.

## 4. METAMORFOSIS

☐ Marca con X si terminaste la actividad.

Estira tus patitas traseras y extiende tus manos como si fueran las delanteras.

Mueve tu cuerpo como un uilli uilli, balanceándote de un lado a otro.

A LA CUENTA DE TRES, ESCONDE TU COLITA... 1, 2, 3...  
¡AHORA ERES UNA RANA!



SALTA HASTA LA CHARCA Y, AL LLEGAR, REPITE EN VOZ ALTA:

"CHARCA, CHARQUITA,  
SOY UNA RANITA,  
CHARCA, CHARQUITA,  
QUE LLEGUEN MÁS RANITAS"



Este parque es un laboratorio científico donde se germinan semillas de plantas nativas. En este momento están creciendo más de 112 000 árboles que serán sembrados en la ciudad.

## 5. SEMILLAS

☐ Marca con X si terminaste la actividad.

Recoge semillas del suelo, algunas pueden estar dentro de vainas, y debajo de sus árboles o plantas.



La semilla del árbol llin llin es pequeña, café y ovoide; la de salvia es diminuta y negra; y la semilla de arrayán es redonda, negra y de 1cm.



Luego, mezcla tierra con agua y forma una bola con la semilla elegida.

Camina hacia un lugar que te inspire calma.  
deja ahí esta bomba de semillas.  
La naturaleza hará el resto.



## 6. ABRAZA A UN ÁRBOL

☐ Marca con X si terminaste la actividad.

Es momento de liberar tu amuleto de tierra, 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.

## IDENTIFICACIÓN DE UN ÁRBOL



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

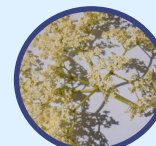
Tilo o Sauco  
(*Sambucus nigra*)

Para identificar este árbol en el parque, primero, observa su altura: puede alcanzar hasta los 6 metros. Luego, analiza su tronco de color café con muy pocos surcos.

Después, mira sus hojas alargadas de color verde. Finalmente, fíjate en sus flores diminutas y de color blanco que se presentan en grupos llamados inflorescencias.

Si encuentras todas estas características (el tronco ligeramente surcado, las hojas alargadas y las flores blancas), ¡habrás descubierto un tilo!

¡YA PUEDES RECONOCER EL TILO CON FACILIDAD EN CUALQUIER BOSQUE!



Flores blancas y pequeñas.



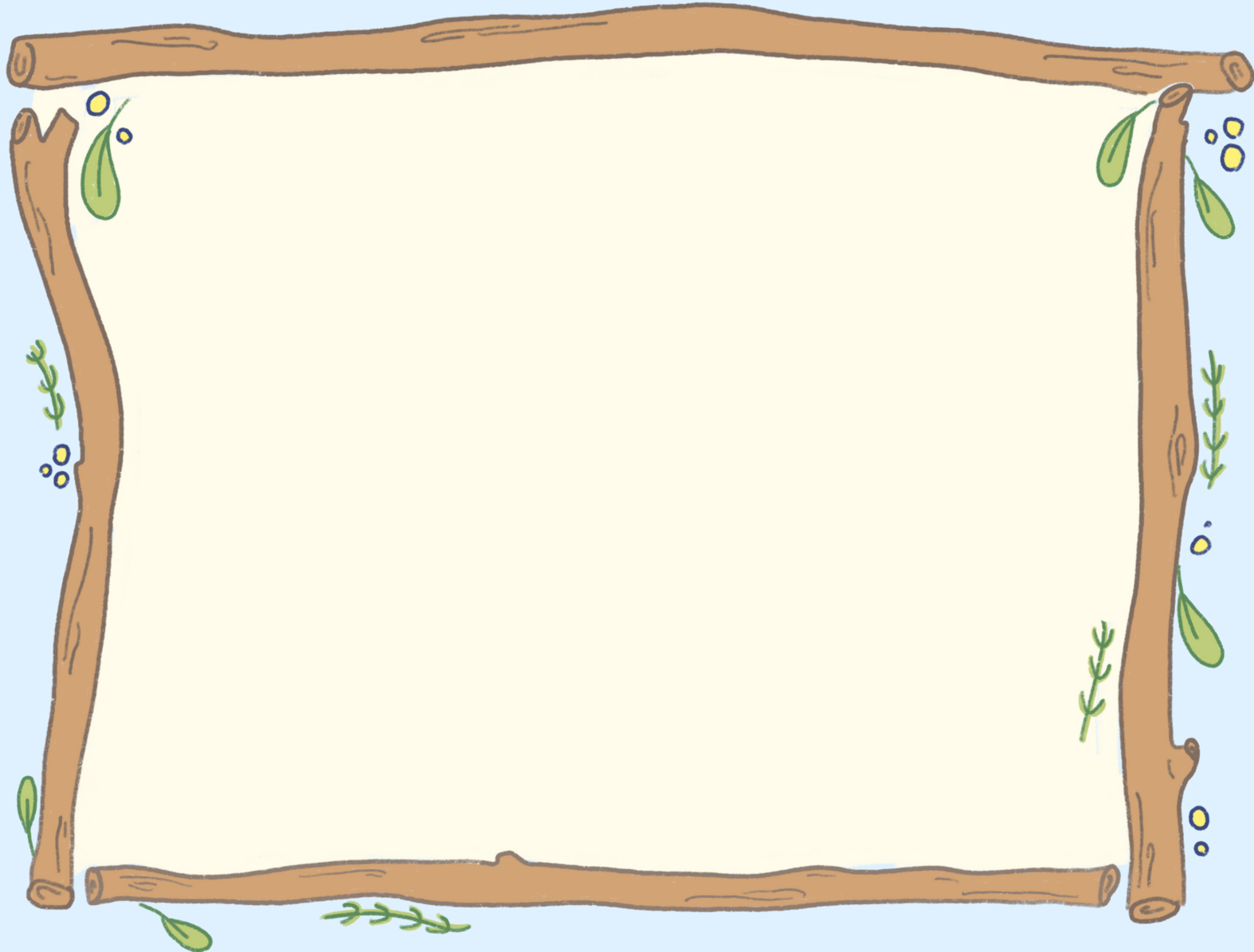
Tronco surcado ligeramente.



Hojas alargadas.

## CAMINA SIN ZAPATOS

Camina sin zapatos por la arena, el agua, la tierra o la hierba, jugando a encontrar diferentes texturas a tu alrededor. En esta hoja, dibuja tu pie, decóralo con elementos naturales y escribe cómo te sentiste caminando caminando con tus pies descalzos.



# 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/>

Ahora que has recorrido mis senderos, respira hondo y llévate un pedacito de bosque contigo. Soy Las Cuadras, y siempre estaré aquí, creciendo en silencio, esperando tus pasos, tus abrazos y tu asombro. Vuelve cuando quieras; encontrarás nuevas hojas, más historias y el mismo abrazo verde. Hasta pronto.

