

**Escucha todo lo que debes saber para visitar los Caminos de los Cerros Orientales**










Sonidos	Locutores
Presentación Podcast	<p>Aquí comienza podcast acueducto</p> <p>Somos agua al aire, el espacio para conocer la actualidad de la Empresa de Acueducto y Alcantarillado de Bogotá.</p>
Presentador	Bueno Adan, ¿usted ha visitado los cerros orientales de Bogotá?.
Presentador	Sí Javier, he tenido la posibilidad de visitarlos y sobre todo de disfrutarlos...
	Bueno, tengo una invitada muy especial que conoce los cerros al detalle, porque ella es la responsable de la Empresa de Acueducto y Alcantarillado Bogotá de los caminos, de los cerros orientales, esos espacios que tienen la Empresa para que todos los capitalinos y los que vienen de afuera, visiten y conozcan una parte muy especial de Bogotá, es Cristina bienvenida a nuestro Podcast Acueducto.
Cristina Laviera	Muchas gracias por esta invitación, me siento halagada.
Presentador	Bueno Cristina, ¿qué son los caminos de los cerros orientales de Bogotá? para quienes no los conocen.
Cristina Laviera	Los cerros orientales de Bogotá es una cadena montañosa que pues está rodeando digamos Bogotá, es un espacio de naturaleza que nos ofrece esparcimiento, desconexión total, compartir con la flora, la fauna, salir un poco del caos de la ciudad, esos son nuestros cerros.
Presentador	¿Cuál es el mecanismo para que los usuarios puedan acceder a los caminos de los cerros orientales?
Cristina Laviera	Bueno, la verdad es que es muy sencillo, tenemos dos mecanismos habilitados: el primero es la página web y también tenemos un aplicativo caminos de los cerros orientales, se puede descargar desde cualquier sistema operativo tanto de Android como de de Apple, inmediatamente pues tenemos nos encontramos con una interfaz sencilla, aparecen los nombres de los caminos, escoges el día, la fecha, la hora y pues nada, el el mismo sistema te arroja y te

	envía un correo electrónico donde aparece un código QR que debes presentar el día de la visita.
Presentador	Bueno es importante aclarar que no se puede acceder entonces a los caminos de los cerros orientales en cualquier momento sino que se deben seguir estos pasos...
Cristina Laviera	Sí señor, porque es importante seguir los pasos, porque para cada camino pues ellos están regulados por la autoridad ambiental que es la CAR; nosotros tenemos un permiso y una capacidad de carga, unos cupos diarios con los que tenemos que cumplir y velar pues de no de no pasarnos, entonces una vez para poder lograr este control de la cantidad de personas que nos visitan, pues es necesario la previa inscripción.
Presentador	Bueno ¿y cuáles son los caminos, los puntos de acceso, los recorridos, digamos en términos generales?
Cristina Laviera	Bueno entonces, actualmente tenemos cuatro abiertos, pues hace poco abrimos dos más, para un total de 6, está: quebrada La Vieja, que se encuentra en la Circunvalar con calle 71, se puede acceder también desde el barrio Rosales, en la ronda urbana, en la carrera 2 con 70, también, inmediatamente pues llegas en el horario, encuentras a las personas con las chaquetas de la Empresa, son guías que te van orientando, indicando cómo seguir para ya llegar a la entrada entrada como tal del camino, esta es entonces quebrada La Vieja; tenemos Santa Ana, para llegar a Santa Ana, este queda en Usaquén, tienes que dirigirte al Club La Aguadora, en la entrada igualmente encontrarás al personal de de la Empresa esperando a los caminantes; tenemos San Francisco y Vicachá, este queda como a 200 metros de la entrada de Monserrate, igualmente este opera únicamente los fines de semana, entonces queda hacia el costado izquierdo sí, como hacia la vía Choachí; y tenemos Guadalupe-Aguanosó que es este sí queda en el santuario Guadalupe, y aquí los encuentra, aquí se encuentra el personal de Secretaría de Ambiente.
Presentador	Y justamente la Empresa ha hecho un esfuerzo digamos de de de mantener unos nuevos caminos, dos los hemos mencionado ¿cuáles son y qué características tienen?
Cristina Laviera	Bueno, tenemos dos caminos nuevos, uno es kilómetro 11 y Docequebradas estos quedan hacia la vía Choachí, como su nombre lo indica en el kilómetro 11 y Docequebradas inicia en el kilómetro 6; se identifican, las entradas se identifican porque pues está los letreros de la Empresa y pues es una vía donde los vehículos van rápidamente entonces no no hay mucho alrededor; las características de estos caminos es muy interesante, primero porque

	<p>se pueden hacer diferentes circuitos, se puede hacer kilómetro 11 de forma bidireccional o de regreso, puedo, kilómetro 11 se une con Docequebradas entonces puede que haga todo un circuito, dentro por kilómetro 11 salgo por Docequebrada o viceversa y pues acá hay muchas quebradas hay un bosque espectacular de pues unos árboles gigantes es una cosa impresionante.</p>
Presentador	<p>Bueno también es importante contarle a los visitantes ¿qué se puede y qué no se puede hacer en los caminos de Bogotá?</p>
Cristina Laviera	<p>Bueno, mi recomendación número uno es desconexión total, lo mejor de estar en estos caminos es que no hay señales, podemos estar pendiente de todo lo que sucede a nuestro alrededor, nos pueden sorprender muchos animales, de de todo tipo pájaros, mariposas, he tenido la oportunidad de ver un animal que no conocía el cosumbo, muy interesante, apreciar la naturaleza, hacer ejercicio, si quiero exigirme en aquellos tramos que son de dificultad media alta pues también sirve como de ejercicio, bueno esas son como la lo que llamamos recreación pasiva cierto, donde yo voy a aprovechar estos espacios a contemplar estos espacios sin sin ser invasivo; entonces pues las recomendaciones de lo que no deberíamos hacer están atadas a este respeto no, es un poco de de mantener ir en silencio sí, para no espantar la fauna que está allí, no tomar material del del suelo, que la plantita, que no porque pues ya comenzamos a alterar el el ecosistema, igualmente pues ha sido un poco polémico el tema de las mascotas pero pero está atado a esto, son espacios en recuperación, son espacios que en algún momento fueron deforestados en la historia de los cerros orientales, pues una época donde fueron deforestados y pues la naturaleza haya hecho lo suyo y que ahora podamos disfrutar de esto es también de verdad nosotros debemos mantenerlo y respetarlo.</p>
Presentador	<p>Justamente esa es la pregunta ¿por qué una empresa como el Acueducto se preocupa por la conservación de los cerros orientales y de mantenerlos digamos también accesibles a este tipo de de visitantes?</p>
Cristina Laviera	<p>Pues es deber de la empresa de cuidar el recurso hídrico, entonces la mayoría de estos espacios están atados pues a una quebrada, a un río, dan inicio a ciertos ríos, también hay hay muchos de ellos en varios de los caminos se puede observar infraestructura de la Empresa Acueducto, entonces se trató de combinar y de hacer un tema de educación ambiental, sí, de de poder compartir con la ciudadanía el valor que representa pues tener estos espacios y pues al mismo tiempo se puede se puede observar cómo cómo opera la Empresa, sí, porque por ejemplo en quebrada La Vieja está el túnel de Rosales y pues explica un poco también de cómo funciona el</p>

	sistema de abastecimiento y pues la importancia que esto tiene para para todos.
Presentador	¿Existe alguna recomendación médica para ingresar a los caminos de Bogotá? o ¿existen algunas recomendaciones para que las personas puedan ingresar sin ningún problema?
Cristina Laviera	Sí, pues cada uno de los de los caminos tiene sus particularidades, en el aplicativo digamos que podemos observar, cada camino tiene un mapa, el mapa indica la dificultad y los tramos que tiene cada uno de los caminos, entonces yo pues aconsejaría revisar este mapa, mirar la dificultad y empezar por uno que en tiempo, en distancia, sea acorde a nuestra actividad física, a nuestra condición física, entonces sería esa como mi recomendación; también ir a su propio ritmo, muchas veces nos encontramos con que llegan grupos que uno es súper deportista y el otro no y de una u otra forma va halando al que no, o el que no se siente presionado un poco, no logra disfrutar, va un ritmo que no debería ser, o le da pena también comentar que se siente que se siente mal sí, de todas formas pues parte de de los servicios que prestamos es que siempre tenemos un una persona que está certificada con su atención pre hospitalaria y que está dispuesta a ayudar a cualquiera que se sienta en se sienta mal.
Presentador	Hay un grupo de personas, porque los hemos acompañado, los hemos visto que son digamos los visitantes frecuentes, son las personas que les gusta hacer la observación de aves, que también pueden llevar su cámara, tomar fotografías, ¿qué recomendaciones o qué planes tienen estas personas que están interesadas en el avistamiento de aves?
Cristina Laviera	Bueno, mensualmente nosotros publicamos en nuestras páginas, en nuestras redes sociales los programas que tenemos, tenemos varias actividades enfocadas solo al aviturismo, entonces una vez inscriben acá se puedes llevar los equipos que deseen y se acompañan de guías especializados en este tema, entonces es súper interesante, se han hecho varias pajarías, se ha participado en eventos, pues inician desde muy temprano pero sí, esto es como lo que pueden hacer, consultar nuestras páginas para poder acceder a estas actividades diferentes.
Presentador	Y precisamente, algunas personas que visitan estos espacios de manera recurrente compartieron sus experiencias:
Visitante 01 Lucy Riveros	Mi nombre es Lucy Riveros, visitante frecuente de los senderos para el avistamiento de aves; lo primero es empezar a adueñarnos de lo nuestro, conocer lo nuestro por así protegerlo y siento que esa es mi experiencia, así mismo puedo recomendarlo porque es

	seguro, es un sendero dónde vas a entender, conocer o sentir solo oxígeno.
Visitante 02 Ricardo Delgadillo	Ricardo Delgadillo, pues muy gratas experiencias con gente muy interesante en el propósito común pues renaturalizar, restaurar, preservar y cuidar nuestros entornos naturales, eso es lo que realmente me anima muchísimo cada día como el día de hoy gracias a ustedes.
Presentador	Bueno y escuchando a estos visitantes, una preocupación que siempre nos aparece es el tema de la seguridad ¿cómo se está manejando este tema para que las personas visiten estos espacios de manera segura?
Cristina Laviera	Bueno, parte del proyecto, digamos que la principal y lo y lo más bonito de de este proyecto es los esfuerzos que unieron diferentes entidades del distrito para que este proyecto se diera no, entre esos pues nosotros trabajamos en conjunto como mencionaba con un Jardín Botánico, Secretaría Ambiental, el IDT, el IDRD y a pesar que dentro de este convenio no está Secretaría de Seguridad es nuestro mayor aliado; Secretaría de Seguridad pues nos apoya enviando policía, ejército a los caminos, en los horarios de operación entonces es muy importante que las personas asistan, se inscriban y cuenten con digamos con estos servicios que que les estamos brindando y que acaten las normas para que pueda garantizarse la seguridad, porque si sucede que llegan pues a horarios que no son, intentan entrar y es cuando digamos estas personas aprovechan para para hacer sus actos delictivos.
Presentador	Y ¿cómo se ve Bogotá desde los cerros?
Cristina Laviera	La verdad es un contraste un poco un poco fuerte, ósea, es es muy impresionante cuando uno entra y simplemente cruzas una puerta y te encuentras con un bosque, subes y ves todo el caos de la de la ciudad, pero al mismo tiempo sabes que estás dentro de la ciudad, entonces es una sensación de paz, de tranquilidad, de que muchas personas no creen y no se imaginan que ese espacio está ahí, disponible para para ser disfrutado.
Presentador	Bueno y por último la invitación para que bogotanos y turistas visiten estos espacios...
Cristina Laviera	Claro que sí, los estamos esperando, la verdad es que los estamos esperando, estamos ansiosos que puedan visitarnos pues tenemos un grupo de guías, deseosos de enseñarles y contarles todo lo que suceda allá adentro.
Presentador	Y bien Cristina, muchísimas gracias por acompañarnos y los esperamos en los caminos de los cerros orientales y a todos los que nos escuchan nos encontramos pronto en un nuevo episodio de Podcast Acueducto.
Cierre.	.

