



TRILHA
INTERPARQUES



Passaporte



PREFEITURA DE
SÃO PAULO

PASSAPORTE INTERPARQUES

NOME:



ENDEREÇO:

CIDADE / ESTADO / PAÍS:

CONTATO:

CONCLUSÃO:

☐ A PÉ

☐ BICICLETA

DATA: ____/____/____

ASSINATURA:



Bambuzal - PNM Varginha © Welton Tavares

Bem-vindo(a) à Trilha Interparques, a maior ciclorrota da cidade de São Paulo. Este passaporte convida você a conhecer áreas protegidas, comunidades locais, empreendimentos e experiências que fazem parte deste território.

Sempre que visitar um dos pontos participantes, aproveite para conhecer suas histórias, produtos e serviços e registre sua passagem com o carimbo correspondente.

Mais do que completar uma coleção, cada parada representa uma oportunidade de vivenciar o território, apoiar os empreendedores locais e descobrir a riqueza da região.

Pedale com respeito, cuide da natureza e aproveite a jornada. A Trilha Interparques está em constante construção, assim como a rede de pessoas que a mantém viva!



Boas práticas na trilha

A Trilha Interparques cruza áreas naturais preservadas no Polo de Ecoturismo de São Paulo. Você acessa ambiente de Mata Atlântica com presença de fauna silvestre, incluindo animais peçonhentos e flora local espinhosa. O cuidado aqui faz parte do uso da trilha.

- ☐ Caminhe ou pedale atento ao terreno
- ☐ Evite colocar a mão em buracos, troncos, pedras ou vegetação densa
- ☐ Use calçado fechado e, se possível, calça comprida e camiseta de manga longa
- ☐ Redobre atenção em áreas úmidas, com folhas acumuladas ou sombra
- ☐ Não tente capturar, tocar ou afastar animais
- ☐ Ao encontrar um animal, mantenha distância e siga sem provocá-lo
- ☐ Em caso de acidente, mantenha a calma e busque ajuda o quanto antes através dos telefones 193 (Bombeiros), 192 (SAMU), 153 (GCM)

A trilha é compartilhada.

- ☐ Reduza a velocidade em trechos estreitos
- ☐ Avise antes de ultrapassar
- ☐ Respeite quem está a pé, de bike ou trabalhando no local
- ☐ Evite som alto
- ☐ Não faça fogo
- ☐ Leve todo o seu lixo de volta

Você passa por áreas com uso real.

- ☐ Respeite propriedades e acessos
- ☐ Não entre em áreas privadas sem autorização
- ☐ Mantenha porteiras como encontrou

Antes de entrar na trilha, sugerimos reservar alguns minutos organizando o básico. Isso reduz imprevistos e deixa o percurso mais fluido. A Interparques cruza áreas isoladas, trechos sem estrutura, como estradas asfaltadas sem acostamento ou ciclovia, e também ruas com circulação de veículos. Atenção constante faz diferença aqui.

- ☐ Consulte a previsão do tempo
- ☐ Verifique condições da rota e possíveis interdições
- ☐ Confira horários de parques e acessos
- ☐ Baixe o trajeto para uso off-line
- ☐ Estrada de terra, asfalto e ciclovias em trechos urbanos e rurais
- ☐ Singletracks com solo irregular
- ☐ Lama e trechos escorregadios em época de chuva
- ☐ Pare antes de cruzar vias. Olhe para os dois lados, mesmo em locais com pouco movimento
- ☐ Evite atravessar em curvas ou pontos de baixa visibilidade
- ☐ Sinalize sua intenção ao mudar de direção
- ☐ Mantenha distância lateral de veículos
- ☐ Se necessário, desça da bike para cruzar com segurança
- ☐ Leve água suficiente e alimentação leve para o dia
- ☐ Leve documento e dinheiro
- ☐ Leve celular carregado (considere um power bank para uma maior autonomia)
- ☐ Leve um kit básico de reparo (especialmente para bike)
- ☐ A trilha pode ser feita em partes
- ☐ Não existe começo ou fim obrigatórios. Tudo depende do preparo, da resistência física e da experiência da pessoa usuária.

Serviços Públicos

Hospital:

- Hospital Municipal de Parelheiros (Josanias Castanha Braga)
R. Euzébio Coghi, 841 - Jardim Roschel - Telefone: (11) 4673-9660

UPA (Unidade de Pronto Atendimento):

- UPA Parelheiros (UPA)
Estr. Ecoturística de Parelheiros, 5252 - Jardim dos Álamos
Telefone: (11) 5193-1870 / (11) 5193-1871

Segurança / Postos Policiais

- Base Policial Parelheiros (Polícia Militar)
Estr. Ecoturística de Parelheiros, 6755 - Jardim do Centro - Telefone: 190
- Base GCM Ilha do Bororé (Guarda Civil Metropolitana)
Estr. de Itaquaquecetuba, 49 - Jardim Santa Tereza - Telefone: 153
- Base GCM Barragem (Guarda Civil Metropolitana)
Estr. do Curucutu, 48 - Barragem - Telefone: 153
- Base Policial Emburá (Polícia Militar)
Estr. Engenheiro Marsilac, 8489-8545 - Emburá - Telefone: 190
- Base Policial Marsilac (Polícia Militar)
Estr. Engenheiro Marsilac, 14487 - Marsilac - Telefone: 190
- Base Policial Colônia (Polícia Militar)
Rua Paulino Gotsfritz, 915-995 - Colônia - Telefone: 190



Casa Bela Vista © Guilherme Borducchi



Pontos oficiais da Trilha Interparques

Os parques que integram o percurso constituem a base da rede de apoio da Trilha Interparques. Os pontos oficiais de carimbo serão implantados gradualmente e divulgados pelos canais de comunicação do projeto.



Acompanhe a
implementação dos
estabelecimentos parceiros

ITAPECERICA
DA SERRA

JACEGUAVA

EMBU-GUAÇU

PARELHEIROS

CRATERA
DE COLÔNIA

ILHADO
BORORÉ

APA BORORÉ-
COLÔNIA

COLÔNIA

APA CAPIVARI-
MONOS

MARSILAC

ITANHÁÉM

SÃO VICENTE

SÃO BERNARD
DO CAMPO

TERRA INDÍGENA
TENONDE PORÁ

1 PNM Bororé

2 PNM Varginha

3 PNM Itaim

4 PNM Jaceguava

5 Pq. Várzea do Embu-Guaçu

6 PM Nacentes do Rib. Colônia

7 PESM Curucutu

8 RPPN Sítio Curucutu

--- Limite APAs

— Ida

— Volta (Barragem)

— Volta (Balsa)



Baixe GPX
do trajeto para
seu celular

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

DATA / /

Ficha técnica

Projeto editorial:

- Texto: Braga Junior e Karen A. Carneiro /Instituto Aromeiazero
- Revisão: Instituto Aromeiazero e Secretaria Municipal do Verde e do Meio Ambiente de São Paulo
- Projeto editorial e mapas: Braga Junior
- Fotos: Welton Tavares e Guilherme Borducchi

Referências bibliográficas:

- Base técnica da Trilha Interparques
Secretaria do Verde e do Meio Ambiente
Prefeitura de São Paulo





**PREFEITURA DE
SÃO PAULO**