

PERIÓDICO

# Doña Juana

PUBLICACIÓN BIMESTRAL • DISTRIBUCIÓN GRATUITA • VER EN LA PÁGINA WEB WWW.UAESP.GOV.CO • ISSN 2462-8182 • N° 008 • BOGOTÁ D.C., MARZO – ABRIL DE 2016



Profesional Social de CGR comparte un momento de felicidad con los niños que terminaron su móvil, herramienta creativa que contiene los aspectos más importantes de su vida.



Programa: Información a la comunidad: Educación en salud y medio ambiente / **Página 4**



El compostaje, una práctica que protege nuestro territorio / **Página 10**

Alianzas estratégicas para beneficiar a la comunidad / **Página 5**

¡Vamos Mejorando ASOASBAI! / **Página 15**

El Estrés, una enfermedad silenciosa / **Página 7**



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

# Editorial

Colombia atravesó por una crisis ambiental que afectó a sus fuentes hídricas y permeó en todas las zonas de nuestro país. El gobierno debió implementar medidas de racionamiento de agua en diferentes ciudades del país, para hacer frente a la sequía y disminuir los efectos del fenómeno del niño, pues trajo consigo consecuencias irreparables en el medio ambiente y afectó alrededor de 76.200 hectáreas de bosque en todo el país, debido a las altas temperaturas registradas (22°C y 23 °C) en los últimos años.

Este fenómeno climático se originó por el aumento de las corrientes de agua más cálidas en el océano pacífico, lo que disminuyó la lluvia en el trópico. El cambio climático también fue determinante en el aumento de las temperaturas. Las malas prácticas de consumo han generado serios impactos tanto en la tierra como en los sistemas socioeconómicos.

Es evidente que esta realidad nos afecta a todos. El impacto potencial es enorme: Con predicciones de falta de agua potable

y grandes cambios en las condiciones para la producción de alimentos debido a inundaciones, tormentas, huracanes, sequías y olas de calor que dejan a su paso poblaciones devastadas y con escasas oportunidades de recuperación.

Es hora de concientizarnos y tomar medidas ambientales que mitiguen el problema. Cuidemos nuestros recursos naturales; implementemos hábitos de reciclaje; seamos consumidores responsables y preservemos el medio ambiente y sus ecosistemas ¡Cuidemos nuestro Planeta!

Ahorremos energía; utilicemos papel reciclado; apaguemos los aparatos electrónicos mientras no los usemos; disminuyamos el uso de bolsas plásticas y realicemos prácticas que nos permitan erradicar el desbordante problema climático que hoy nos afecta ¡Todos juntos podemos salvar la tierra!

Centro de Gerenciamiento de Residuos, Doña Juana- CGR.

## CONTENIDO

3

**Cambiando nuestra historia**

4

**Programa: Información a la Comunidad: Educación en salud y medio ambiente**

5

**Alianzas estratégicas para beneficiar a la comunidad**

6

**Sección Cultural**  
Para dedicar

7

**El Estrés, una enfermedad silenciosa**

8

**Día de la tierra con los niños de Mochuelo Bajo**

9

**Toneladas Dispuestas RSDJ Periodo Marzo - Abril de 2016**

10

**El compostaje, una práctica que protege nuestro territorio**

13

**Consumidor responsable**

15

**¡Vamos Mejorando ASOASBAI!**

16

**La llegada del agua al Rincón de Mochuelo**

18

**Anímate a preparar unos deliciosos Conejitos Divertidos**  
**Curiosidades del Mundo**

19

**Clasificados**

# PERIÓDICO Doña Juana

**Edición No 008 Marzo - Abril de 2016**

### Comité Editorial

Javier Rodríguez/UAESP  
Diana Ortiz/CGR  
Adriana M. Garzón Liévano/UT INTERDJ

### Coordinación de Redacción

Diana Ortiz/CGR  
Andrea Guerrero/UAESP  
Vanessa Delgado/CGR  
Adriana M. Garzón Liévano/UT INTERDJ

### Fotografía

Vanessa Delgado /CGR-Doña Juana  
CGR-Doña Juana - Fuentes Alternativas  
UAESP - Fuentes Alternativas

### Diseño e Impresión

Rafael Angarita/D4Design  
Oficina de Comunicaciones UAESP



# Cambiando nuestra historia



Huerta Los Tunjos, ubicada en Mochuelo Bajo.

**Textos: Yolanda Rodríguez Duarte  
Disposición Final**

En la Vereda Mochuelo Bajo, los dueños de la hacienda “las Manas” entregaron sus tierras de cultivo como parte de pago a los trabajadores. Con el paso del tiempo, éstas fueron pasando a diferentes dueños hasta que, en los años 90, don Arquímedes Cangrejo, Dueño del lugar, vendió el predio a la Junta de Acción Comunal de Mochuelo, quienes adquirieron el terreno para promover el desarrollo integral de la zona y mejorar la calidad de vida de los habitantes de la vereda. Con la ayuda de la Alcaldía, y con la participación activa de la comunidad, se construyó una cancha de microfútbol y la casa vecinal del sector donde ahora se encuentra el jardín infantil “Mi Segundo Hogar”.

En el año 2000, por iniciativa de los industriales de la zona y, con el apoyo de la Administración Distrital, se propone construir la “Casa de la Arcilla”, un proyecto que evidencia la capacidad organizativa y empresarial de la comunidad para mejorar el desarrollo de la zona. La comunidad, pensando en el bien común, decide ceder el terreno a espacio público pero, por diferentes factores la obra no se realiza y, el lugar se convierte en un área insegura para los habitantes de la zona.

En un intento por transformarlo, Javier Torres e Hilario Cangrejo, vecinos del sector, piden ayuda a la Ulata (Unidad Local de Atención

Gracias al trabajo conjunto entre la comunidad, la Administración Distrital y la empresa pública y privada, los habitantes de Mochuelo Bajo cambian su historia. La unidad productiva “Bendición de Cosecha” será una realidad. El proyecto es el resultado de la constancia de la comunidad para transformar su propia realidad.

Técnica Agropecuaria) y convierten el lugar en lo que hoy se conoce como “Huerta Los Tunjos”, pero con el paso del tiempo el proyecto es abandonado y los problemas regresan al lugar. La comunidad se integra y crea espacios de encuentro con el fin de recuperar el entorno y disminuir los problemas de contaminación, deforestación e inseguridad. Para ello, realizan jornadas de limpieza en el predio y crean una alianza público-privada con ANAFALCO (Asociación Nacional de

Fabricantes de Ladrillo y Materiales de Construcción), Industrias Keramit y metalmecánica “Don Yesid”, quienes donan 300 árboles nativos, los cuales son sembrados, y realizan el cerramiento del Jardín Infantil. Se hacen también arreglos locativos y se excava un reservorio para recoger aguas lluvias.

Pero el trabajo no terminó allí. Se gestionó una alianza de cooperación con la UAESP (Unidad Administrativa Especial de Servicios Públicos), y se compró una planta de tratamiento para producir los microorganismos eficientes (EM), con el propósito de convertir gran parte del lote en una huerta natural.

También se ofrecen asesorías técnicas y financieras a los miembros de la comunidad, con el fin de promover el proyecto en el que actualmente, la Unidad apoya a ocho familias del sector y en donde, a través del proyecto “Capital Semilla”, se favorece el procesamiento de residuos orgánicos.

La unidad productiva “Bendición de Cosecha”, como fue bautizado el proyecto, nace del trabajo colectivo de la comunidad. Esto hace posibles diferentes acciones de desarrollo que permiten mejorar las condiciones sociales, ambientales y de convivencia de los habitantes del sector.

“Bendición de Cosecha” será una empresa dedicada a la elaboración de abonos naturales (compost y vermicompost) creados a través del procesamiento de residuos orgánicos, los cuales son tratados mediante la tecnología EM. Estos abonos serán utilizados como fertilizantes naturales y, a través de esta práctica, se disminuirán los niveles de contaminación del medio ambiente.

La Asociación Sineambore, vinculada al proyecto “Capital Semilla” también hace parte de esta iniciativa, pues son los recicladores de oficio quienes recogen los residuos orgánicos de las viviendas de Mochuelo Bajo y los transportan hasta el centro de procesamiento para realizar la transformación.

Con esta iniciativa contribuimos al mejoramiento de los suelos, pues al incrementar la producción de huertas caseras para el autoabastecimiento alimenticio, mejoramos la calidad de vida de la comunidad del sector.

## Programa: Información a la comunidad

### Puntos Satélites, una nueva herramienta de información para la comunidad de los Mochuelos.

Textos: Vanesa Delgado / CGR-DJ

El área de Gestión social de CGR Doña Juana continúa con la publicación y distribución personalizada de comunicaciones escritas (afiches y volantes de invitación e información) para informar a cerca de las actividades que se desarrollan durante el transcurso de los meses. Los puntos satélites de información son una nueva alternativa de comunicación directa con la comunidad de los Mochuelos, pues a través de ellos se generan más canales de interacción que permiten mantener el contacto con la comunidad. Por esto, en los últimos meses se establecieron tres puntos satélites, con el ánimo de invitar a la comunidad a que participe en las actividades programadas por el operador.

Allí se instalaron 4 afiches invitando a la comunidad de Los Mochuelos a relacionarse con los puntos de información; se repartieron, en los últimos meses, alrededor de 2.660 volantes informativos y se realizaron actividades de perifoneo en los barrios de Mochuelo Alto y Mochuelo Bajo, para fortalecer las prácticas de comunicación que existen entre el operador y los habitantes del sector.



Personal de Gestión Social, del operador RSDJ, estableciendo los puntos satélites de información, en Mochuelo Bajo, barrio Barranquitos.



Personal de Gestión Social del operador avanza con actividades de perifoneo en Mochuelo Alto.

## Programa de educación en salud y medio ambiente

### Entrenamiento de la memoria.

Textos: Vanesa Delgado / CGR-DJ

El tema central en los encuentros para el adulto mayor fue el manejo de la memoria, pues con el pasar de los años se van perdiendo algunas destrezas cognitivas y es importante tener el conocimiento necesario para controlar esta situación.

Una de las actividades realizadas se denominó "Entrenamiento de la memoria", y tuvo por objetivo promover la calidad de vida de los adultos mayores. En la actividad se trabajaron guías para la estimulación cognitiva y se realizaron ejerci-

cios prácticos para fortalecer los procesos mentales de los adultos mayores.

De la misma manera, en el sector de Mochuelo Bajo, se realizó una actividad encaminada a promover el trabajo manual y mejorar la motricidad y agilidad cognitiva. A cada integrante se le entregó el material necesario para hacer un moño mágico, elaborado con cinta de papel y ganchos de cosedora, con el fin de mejorar la psico-motricidad. Ellos compartieron un momento agradable y gozaron de nuevos espacios de inmersión creados para el adulto mayor.



Adultos mayores atentos a la explicación de la actividad, en Mochuelo Alto.

# Alianzas estratégicas para beneficiar a la comunidad



Decano de Fotografía, Víctor Hugo Villamizar, explicando la dinámica del nuevo proyecto.

**Textos: Vanesa Delgado / CGR-DJ**

La Corporación Universitaria Taller Cinco es un centro de diseño, con visión de educación integral, que trabaja a partir de la experiencia artística. La Institución de Educación Superior, junto con el operador, creó un proyecto social dirigido a niños y jóvenes de las veredas de Los Mochuelos, con el fin de incentivar las aptitudes y destrezas imaginativas de los niños y jóvenes del sector. CGR se unió a la iniciativa y realizó la convocatoria de los jóvenes que participarán de ésta.

El proyecto consiste en dictar un curso de fotografía a 15 jóvenes, dentro de los cuales se encuentran los integrantes del proyecto productivo de estampados. Ellos tendrán la oportunidad de aprender diferentes conocimientos en el arte de la fotografía, permitiéndoles desarrollar un trabajo enfocado a sus expectativas. Los participantes deben resaltar, a

través de la fotografía, su entorno y las posibles acciones que se puedan realizar para mejorarlo.



Instalaciones de Taller 5 donde los jóvenes aprenderán conocimientos del arte de la fotografía.

Los jóvenes disfrutarán de esta experiencia durante 2 meses. Serán 8 sábados llenos de aprendizaje y creatividad. Los ganadores serán premiados con la publicación de sus trabajos en la revista publicitaria "Enfoque Visual", para reconocer su ingenio y dedicación.

## ¿Y nuestras mascotas?



Personal de CGR aplicando la vacuna a los animales

### Jornada de sensibilización y tenencia de animales

En Mochuelo Alto y Bajo, se llevó a cabo una jornada dirigida a nuestras mascotas. El espacio fue óptimo para cuidar de nuestros animales. El objetivo de la actividad fue vacunar a felinos y caninos, proporcionándoles dosis antirrábicas. También se dictó una charla sobre el cuidado de las mascotas y se entregaron volantes con información de interés para los dueños de los animales.

#### ¿Cómo Participa mi mascota en las jornadas de vacunación?

Para que tu mascota pueda participar en esta actividad, solo debes acercarte a las oficinas de relaciones con la comunidad, de Mochuelo, Alto o Bajo, e inscribirla. También debes estar pendiente de los comunicados emitidos por el operador donde se informa la fecha y hora de las jornadas de vacunación.

Recuerda que los refuerzos de vacunación otorgados por CGR son importantes para prolongar la vida de nuestros compañeros.

# 14 Buenas prácticas de consumo responsable para ayudar al planeta

- 1 Utiliza bolsas de tela y disminuye el uso de bolsas de plástico.
- 2 Compra productos en envases retornables y evita productos desechables.
- 3 Compra productos que duren más y que puedan ser reutilizados.
- 4 Evita productos que provengan de materia prima no renovable.
- 5 Carga un termo para disminuir el consumo de botellas y vasos desechables.
- 6 En vez de botarlos, dona muebles, artefactos, ropa, juguetes, libros, etc.
- 7 Consume productos orgánicos para cuidar la salud y el medio ambiente.
- 8 Lee el etiquetado de cada producto.
- 9 Conoce el historial de la empresa a la que le compras los productos.
- 10 Prefiere los productos envasados y/o elaborados con material reciclado.
- 11 Prefiere los productos que puedan ser reutilizados, reciclados o que sean biodegradables.
- 12 Evita el consumo innecesario de papel. Imprime en ambas caras, reduce los márgenes, el interlineado, el tamaño de la letra y reutilízalo.
- 13 Prefiere productos con menos empaques.
- 14 Transforma los residuos orgánicos en abono, a través de técnicas sencillas. Haz tu propia compostera y utiliza el abono en tu jardín.

## Cultural

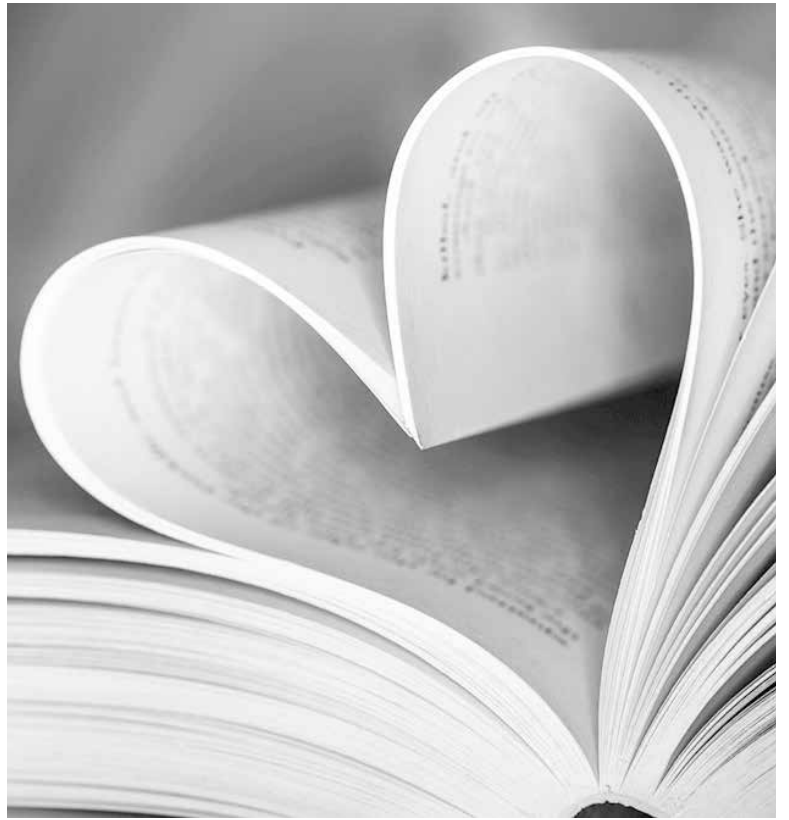


Foto tomada: mylittlebird.com/2016/04/the-romance-of-romance-novels/

## Para dedicar

En esta oportunidad, Edison Pinilla, residente de la vereda de Mochuelo Alto, nos comparte sus textos poéticos con el objetivo de compartir sus pensamientos con la comunidad. Te invitamos a leerlos. ¡A que no te atreves a dedicar uno!

### De mi vida para mi vida.

Escucha bien, porque la llama que llevo en el pecho es la vida que llevo en el alma, vida que sin ti no sería vida sino nada. Nada más que brasas del alma, alma que quema hasta mis entrañas en busca de amor para mi vida. Vida que valoro menos que la vida de mi propia amada y que solo se compara con el morir del día, con el vivir de la noche, y el suspiro de la mañana; con un hermoso beso la vida pasa a ser vida, la musa de inspiración, el amor más sentimiento y el vivir más corazón.

Edison Pinilla, Colegio Centro Educativo Distrital Rural Pasquilla

## Aclamada Dama.

La dama y la voz aclaman sus lágrimas como lluvia para los trigales, como rocío para las mañanas. Su sonrisa, la más bella prolongación del hombre para estar observando las nubes de noche y admirando las estrellas, para decirle que el pensamiento es de la dama que le abrió las puertas de su corazón.

Edison Pinilla, Colegio Centro Educativo Distrital Rural Pasquilla



ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

# El Estrés, una enfermedad silenciosa



Tomado: [www.efeblog.com](http://www.efeblog.com)

Textos por: Diana Ortiz / CGR-DJ

En Colombia, aproximadamente el 38% de trabajadores son víctimas de una enfermedad silenciosa llamada estrés. La enfermedad ha sido catalogada por la Organización Mundial de la Salud como una epidemia global.

Los seres humanos estamos acostumbrados a manifestarle a los demás nuestro nivel de estrés, pero nos hemos preguntado si realmente sabemos ¿Qué es el estrés? El estrés, se define como el estado de cansancio mental, provocado por una exigencia mayor, durante una tarea específica que provoca diferentes trastornos y síntomas. Sin embargo, muchas escuelas psicológicas y diferentes científicos han declarado que esta enfermedad se produce como consecuencia de un desequilibrio entre las demandas del ambiente y los recursos disponibles del sujeto para resolverlas.

Abarcando un poco más, entre las causas que desatan episodios de estrés se encuentran las tareas habituales que realizamos: El trabajo, el estudio y otras diligencias que son excesivas frente a los recursos que tenemos para resolverlas. Estas actividades traen como consecuencia reac-

ciones emocionales como la ansiedad, la ira y la depresión.

Algunos de los síntomas más frecuentes de la enfermedad son: Dolor de cabeza, problemas de sueño, cansancio, gastritis, entre otros que lleva a consultar al profesional de la salud y, en muchas oportunidades, son catalogadas como otras enfermedades. El estrés es silencioso y es por esto que debemos estar alerta a los síntomas.

Cuando sufrimos un incremento de actividades que demandan, de cierta manera, nuestra total atención y una mayor exigencia, tanto física como emocional, se genera un gran desgaste fisiológico y éste puede desencadenar en enfermedades coronarias, de piel y mentales. El hecho de estar estresado genera una elevación de la presión arterial. Otros factores de riesgo como los malos hábitos alimenticios, la obesidad, el consumo de tabaco y alcohol pueden desencadenar una enfermedad coronaria. En temas de piel, en algunos casos donde el estrés es excesivo se puede presentar descamaciones en la piel, caída del cabello, acné y uñas quebradizas. En la parte mental, el estrés puede desencadenar problemas que afectan nuestra mente: Ansiedad, depresión, insomnio y

ataques de pánico, entre otras.

El estrés es considerado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una epidemia global y por las dimensiones que ha adquirido debe tratarse como un problema de salud pública. Por esta razón, es necesario desarrollar entornos saludables para mantener calidad de vida. Debemos conservar la calma, pues mientras estemos en capacidad de resolver situaciones difíciles menor es el riesgo de estrés.

Muchas veces, el tratamiento puede incluir medicamentos y terapia para reducirlo cada día. Llevar una vida acelerada genera una serie de dolencias que puede afectar gravemente a nuestro cuerpo. Los estudios han demostrado que las mujeres son más propensas a padecer de estrés debido a la cantidad de responsabilidades que manejan. Evitar el sedentarismo, tener buenos hábitos alimenticios y practicar algún deporte, son algunos hábitos que se deben tener en cuenta para evitar la enfermedad.

## ¿Cómo prevenir el estrés?

- Incorpora alguna práctica relajante. Busca actividades para renovarte física y psicológicamente: Descanso, actividades de ocio, técnicas de relajación, actividades físicas como andar o nadar.
- Cuida tu alimentación. Mantén una dieta saludable y evita el abuso de cafeína y alcohol.
- Distingue entre lo que 'puedes hacer' y lo que 'no puedes hacer'. Todos tenemos límites.
- Prioriza tus actividades para poder gestionar tu tiempo de forma más eficaz.
- Aprende a contar lo que te pasa.
- Proponte metas realistas y realizables.
- Procura un equilibrio entre las obligaciones y los placeres.
- Refuézate cuando consigas alcanzar un objetivo.
- Si quieres realizar cambios, es mejor empezar por aquellos que sean más pequeños. Recuerda que es más fácil añadir nuevas conductas que eliminar antiguas.
- Descubre y expresa tus sentimientos: Di lo que sientes sin hacer daño a los demás.

# Día de la tierra con los niños de Mochuelo Bajo

**Todos los días son el día de la tierra pero, tradicionalmente, cada año se celebra el 22 de Abril.**



Niños de Mochuelo Bajo disfrutando de la actividad programada por CGR

Allí nace lo que después se conocería como las 3R's (Reducir, Reciclar y Reutilizar), con el ánimo de mitigar la contaminación ambiental.

A raíz de esta conmemoración, CGR invitó a participar a los niños de Mochuelo Bajo en una jornada de concientización sobre la importancia de cuidar la Tierra, puesto que se deteriora cada día y se deben emprender acciones de cambio que propendan por la conservación del entorno natural. Es por eso que los niños, después de recibir la charla sobre los ecosistemas y seres vivos, hicieron un homenaje al planeta, elaborando sobre papel reciclado un dibujo de la imagen circular de la Tierra. También se comprometieron a cuidar el planeta y a respetar sus fuentes hídricas por un mejor mañana.

Textos por: Diana Ortiz / CGR-DJ

El pasado 22 de abril se conmemoró el día de nuestro hogar, la Tierra. Esta fecha fue elegida porque el 22 de abril de 1970, en Estados Unidos, hubo una manifestación que abogaba para que se creara en el gobierno una agencia ambiental que trabajara por las problemáticas ambientales que surgían por esa época.

El líder de esta movilización ambiental fue el senador y activista, Gaylor Nelson, quien hizo la convocatoria en universidades, escuelas primarias y secundarias.

En consecuencia, a esta acción social emprendida por toda la población estadounidense, se crea la Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency. EPA) y con ello varias leyes de protección al ambiente.

El objetivo principal de esta agencia ambiental era sensibilizar a la humanidad sobre el daño que se le hace a nuestro planeta Tierra.

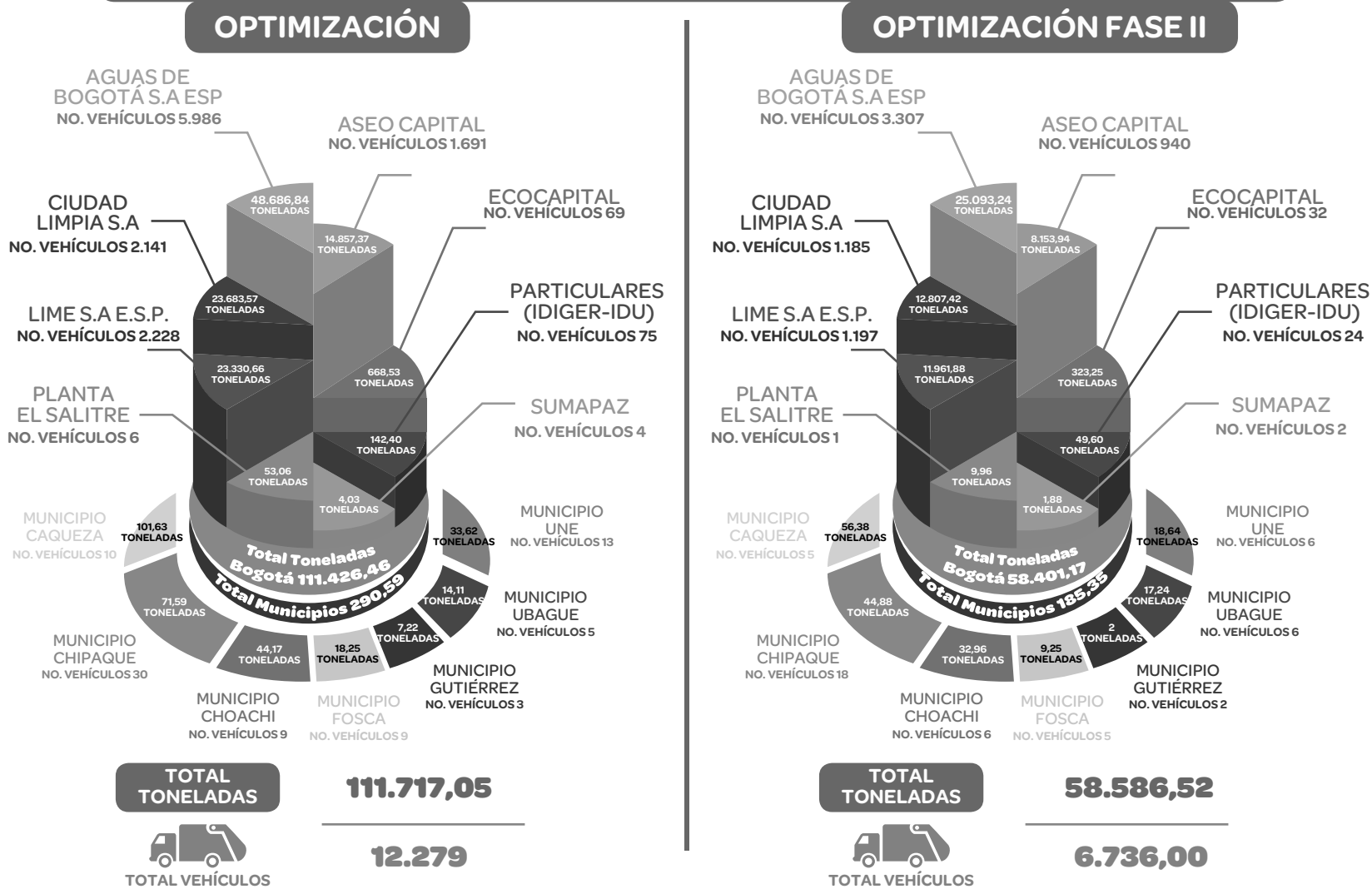


Muestras artísticas de los niños que participaron en la actividad programada para conmemorar el día de la tierra



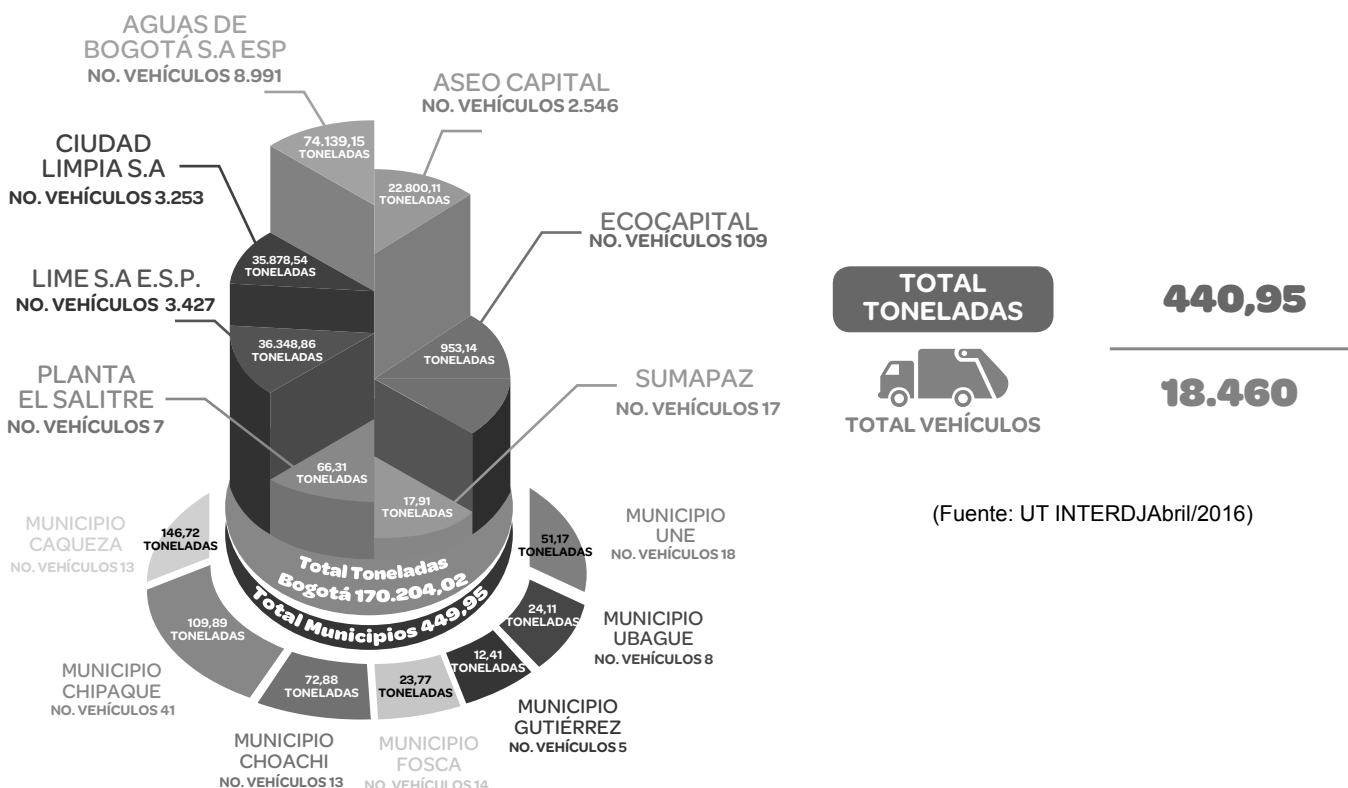
# Toneladas dispuestas RSDJ periodo marzo-abril de 2016

**Tabla - Resumen de Toneladas Dispuestas RSDJ - Marzo de 2016**



(Fuente: UT INTERDJ Marzo/2016)

**Tabla - Resumen de Toneladas Dispuestas RSDJ - Abril de 2016**



(Fuente: UT INTERDJ Abril/2016)

# El compostaje, una práctica que protege nuestro territorio



Módulos donde se realiza la práctica del Compostaje.

En el Relleno Sanitario Doña Juana son enterradas, diariamente, 6.300 toneladas de residuos sólidos, de los cuales el 53% corresponden a residuos orgánicos que son aprovechables. Existen diferentes técnicas para el buen uso de los residuos. El Compostaje es una de ellas, ya que permite reutilizar los residuos como abono para el mejoramiento de la tierra.

**Textos: Gabriela Sandoval**  
**Disposición Final**

Bogotá cuenta con una extensión total de 177.598 hectáreas, de las cuales el 73% es rural y el 27% restante es urbana. Allí, se genera diariamente una cantidad de residuos orgánicos, los cuales deben ser tratados de manera adecuada. El 53% de los residuos sólidos que llegan al Relleno Sanitario Doña Juana son aprovechables y en nuestras manos está disminuir sus efectos.

Los residuos orgánicos tienen un alto potencial para la protección, recuperación y aumento de la producción de nuestros suelos por medio de tecnologías como el compostaje, la lombricultura y la biodigestión. Estos pueden ser aprovechados para prácticas agrícolas, ambientales y energéticas, permitiendo mejorar la calidad de vida de las personas.

Aunque desde las instituciones se han promocionado diferentes formas para el aprovechamiento de los residuos orgánicos como proyectos de huertas caseras, lombricultura, compostaje y programas de reciclaje, la separación de las basuras desechadas no es continua. Si trabajáramos constantemente en estos proyectos ayudaríamos a disminuir la contaminación ambiental y los efectos negativos en las zonas de influencia. Una de las necesidades actuales que tiene nuestro territorio es la recuperación de los suelos para trabajar en la producción agrícola, lo cual ayudaría a mejorar la calidad de vida de la comunidad.

Las prácticas de aprovechamiento de residuos no se desconocen en la cultura rural ni tampoco en la población campesina, pues culturalmente han implemen-

tado la reutilización de materiales orgánicos para la alimentación de animales o el mejoramiento de los suelos. Estos procesos se pueden mejorar utilizando algunas técnicas para el buen uso de los residuos. El compostaje es una de ellas, pues permite aprovechar los residuos generados en casas o establecimientos comerciales, volviéndolos útiles para los jardines y cultivos. Esta práctica se conoce como la descomposición de los residuos orgánicos, por medio del oxígeno, transformándolos en un producto estable que luego es utilizado como abono para la tierra.

Para llevar a cabo esta actividad, es necesario tener en cuenta algunas condiciones de temperatura, humedad, oxigenación, relación Carbono - Nitrógeno y PH (Medida de acidez o alcalinidad). En este orden, así:

**Temperatura:** La actividad de los organismos hace que se eleve la temperatura de los materiales, alcanzando valores altos que no deben superar los 65-70°C. El proceso necesita tres requisitos fundamentales: Los materiales deben tener un contenido equilibrado de restos secos y húmedos; la mezcla debe contar con aireación suficiente y debe existir una cantidad de agua determinada durante las primeras fases del proceso. En las primeras fases, la temperatura debe alcanzar valores próximos a los 65°C. No debe superar valores mayores, ya que pueden morir muchos microorganismos.

**Humedad:** El agua es requerida para las funciones metabólicas de los microorganismos que son quienes realizan los procesos de degradación de los residuos orgánicos. El calor generado en el proceso de descomposición disminuye la humedad. Ésta puede ser adecuada si es posible formar una pelota del material sin que se fragmente o se desmorone.

**Aireación y Oxígeno:** El suministro continuo de oxígeno, a través de la mezcla de residuos, asegura la actividad de los microorganismos y, por tanto, un proceso de degradación. El volteo depende del contenido de humedad de la mezcla. Si está muy húmeda se debe aumentar la frecuencia del volteo. A mayor porosidad mayor degradación de los residuos. A menor porosidad el tiempo de descomposición se hace más lento.

**PH:** El pH tiene una influencia directa en el compostaje. Debido a su acción sobre la dinámica de los procesos microbianos, éste afecta la disponibilidad de crecimiento para las plantas.

**Relación Carbono-Nitrógeno:** Es importante porque ayuda a descomponer más rápidamente los residuos. También evita que se produzcan olores desagradables y que la calidad del producto aumente.

## Beneficios del compostaje:

La implementación de esta práctica trae consigo una serie de beneficios en la parte ambiental, social y económica. En lo ambiental, reduce los residuos que llegan al relleno sanitario, transformándolos



Aprovechamiento de los residuos orgánicos en la práctica del compostaje.

en materia prima para una fertilización ecológica; mitiga la emisión de gases de efecto invernadero al utilizar abonos orgánicos en sustitución de fertilizantes sintéticos y disminuye la presión sobre los recursos naturales.

Desde la parte social, contribuye a la organización de las comunidades, alrededor de proyectos, facilitando la recuperación de territorios y espacios degradados por la inseguridad y el abandono. En la parte económica, posibilita la consoli-

ción de proyectos para la generación de ingresos; reduce los gastos de la canasta familiar y disminuyen los costos de producción.

Esta práctica también facilita la obtención de alimentos, para las comunidades, al disponer de abonos orgánicos para su producción ecológica y previene enfermedades generadas por el manejo inadecuado de los recursos, al reducir la proliferación de moscas y roedores.

## Tips para implementar la técnica del compostaje

- Tiempo de degradación.
- Condiciones climáticas.
- Requisitos de espacio.
- Costos de operación.
- Controles técnicos.
- Disponibilidad de tiempo.
- Residuos con los que se cuenta.

# Guía práctica para el manejo de los residuos sólidos

## Separación en la Fuente

En la **bolsa blanca** o translúcida se depositan LIMPIOS Y SECOS los siguientes residuos reciclables: **Papel, cartón, vidrio, plástico, metal, Tetra Pak, textiles.**



En la **bolsa negra** se deposita 'lo demás' (Residuos orgánicos aprovechables y sanitarios, residuos de barrido, desperdicios, servilletas usadas, pañales usados, entre otros).



## ¡¡IMPORTANTE!

El uso de las dos bolsas está dirigido a la ciudadanía que genera residuos domiciliarios. En ningún caso, los establecimientos que practican una separación en tres o más canecas deben cambiarse al uso de las dos bolsas.



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

# Consumidor responsable

Textos: Vanesa Delgado / CGR-DJ

En la actualidad, se hace necesario repensar el modelo consumista que comenzó con la Revolución Industrial, el cual ha desatado globalmente una degradación ecológica permanente, generando la crisis ambiental que afecta los modelos de vida de todos los seres vivos en el Planeta.

Dicha crisis origina una serie de fenómenos contraproducentes, los cuales deterioran día a día la riqueza ambiental.

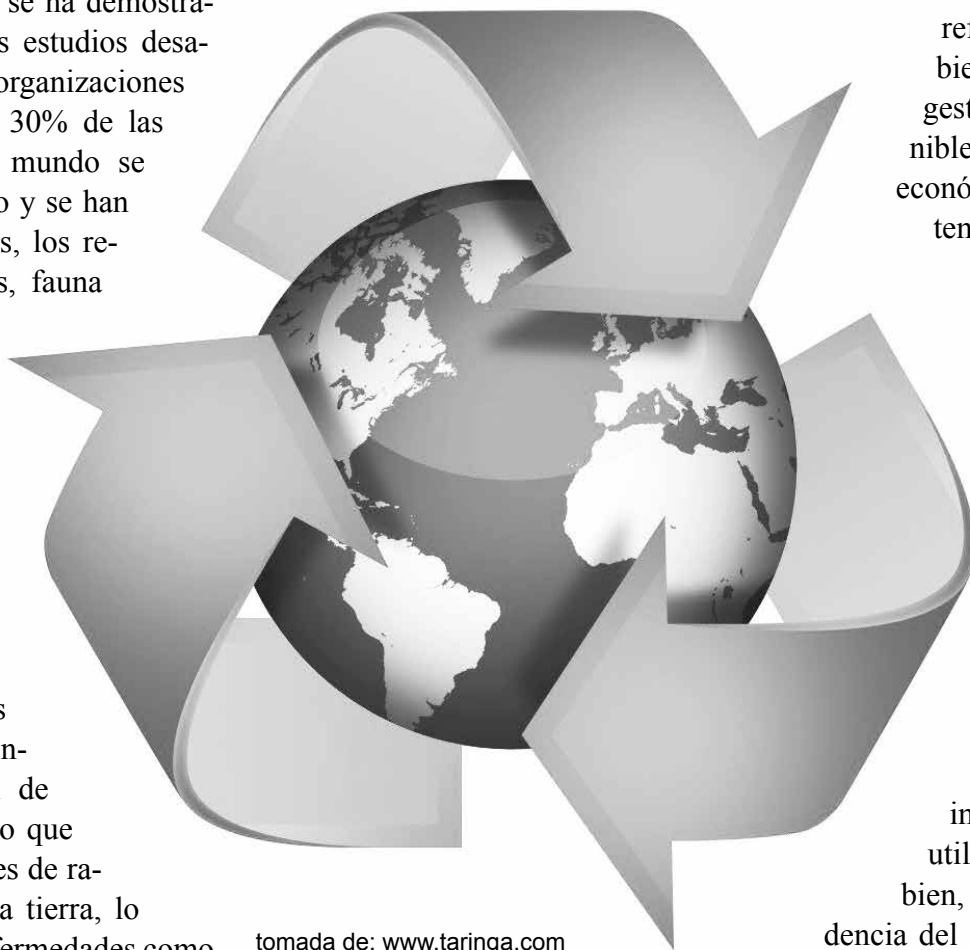
En los últimos 30 años se ha demostrado, a partir de distintos estudios desarrollados por diversas organizaciones internacionales, que el 30% de las regiones naturales del mundo se han venido deteriorando y se han alterado los ecosistemas, los recursos tanto renovables, fauna y flora, como los no renovables, gases, petróleo y metales.

Las condiciones ambientales han decaído, empeorando la calidad de vida de todos los seres vivos y creando así fenómenos que afectan negativamente, como la reducción de la Capa de Ozono, daño que libera grandes cantidades de rayos ultravioleta hacia la tierra, lo cual puede provocar enfermedades como cáncer de piel y cataratas. También enfermedades en los animales.

En este sentido, la deforestación es un tema creciente, pues cerca de 170 mil km cuadrados de bosques desaparecen anualmente y, con ello, el aumento en la extinción de especies; alrededor del 15% de las aves y del 25% de los mamíferos del planeta se encuentran amenazados. No obstante, el agotamiento de los recursos hídricos es otro de los fenómenos

alarmantes, teniendo en cuenta que buena parte del planeta comienza a transformarse en desiertos.

Según reportes de las Naciones Unidas, más de 1.300 millones de personas que dependen de la industria agraria, se convierten en comunidades vulnerables por los efectos del cambio climático, denotando así que distintos ámbitos de la humanidad, como la economía, la sociedad y la cultura, son afectados por los efectos colaterales de la degradación ambiental.



tomada de: [www.taringa.com](http://www.taringa.com)

Teniendo en cuenta que los efectos del deterioro ambiental son múltiples, es necesario pensar en una bio-cultura que promueva políticas medioambientales, a nivel mundial, las cuales susciten una conciencia ecológica y amigable con el ambiente.

Actualmente, el movimiento ambientalista moderno tiene como propósito “proteger el ambiente sustentable”, con

el objetivo de concienciar a la humanidad y disminuir los efectos de la contaminación y el daño ambiental. Además, difunde un cambio de prácticas consumistas y la promulgación de un desarrollo sostenible que implique adoptar principios de actuación amigables con nuestros recursos naturales y con el medio ambiente.

Es por ello que, según la Organización Mundotnc, se han implementado campañas globales como las 3R's, “Reduce, Reutiliza y Recicla”, y “Be eco friendly”, las cuales buscan reformar las prácticas ambientales, emprendiendo una gestión de desarrollo sostenible sin irrumpir el progreso económico y tecnológico del sistema capitalista.

Para mitigar el impacto se proponen políticas ambientales que reduzcan el daño en los ecosistemas y la pérdida de la biodiversidad, tales como optimizar el uso del papel, teniendo en cuenta que cada ser humano desperdicia 75 kilogramos de papel al año. Es por ello que se recomienda imprimir por las dos caras y utilizar papel reciclado. Ahora bien, teniendo en cuenta la decadencia del agua potable y las lluvias, es necesario pensar en el uso responsable de este recurso.

En consecuencia, se propone reutilizar elementos como el plástico, ya que el 90% de estas no son recursos reciclables, y una sola botella se demora entre 100 y 1000 años en descomponerse, al igual que el vidrio, puesto que se compone de minerales que la tierra no vuelve a reemplazar. También se realizan campañas contra la deforestación, promoviendo la siembra de árboles, realizada por la misma sociedad.



Tomado de: [lilyas.deviantart.com/gallery](http://lilyas.deviantart.com/gallery)

El proceso de concienciación y las políticas de desarrollo sostenible se siguen implementando, con el objetivo de dinamizar los procesos de consumo de manera amigable con el planeta y con ello atenuar los fenómenos del cambio climático y las consecuencias en la salud y calidad de vida de los seres vivos.

Por todo ello, el operador del Relleno Sanitario Doña Juana es consciente de la problemática ambiental e implementa medidas para contrarrestar este fenómeno. La planta de lixiviados (PTL), maneja un sistema de tratamiento que asegura la captación, depuración y vertimiento final del líquido tratado asegurando, mediante procesos biológicos y físico-químicos, la remoción de la carga contaminante.

Con el ánimo de que todos puedan contribuir a mitigar los daños ambientales, preparamos cinco pasos sencillos para emprender acciones contundentes:

## ¡Así puede ayudar!

1. Apague los aparatos electrónicos. Si no está utilizando el televisor o el computador, apáguelos y desconéctelos del enchufe eléctrico. Igualmente, desconecte todos los cargadores si no está el celular cargando. La luz natural es mucho mejor, así que aprovéchela al máximo. Si ve que está muy iluminado y la luz le alcanza no prenda los bombillos.
2. Evite dejar el agua corriendo cuando se lava las manos o los dientes. A la hora de asearse es muy importante tener en cuenta la cantidad de agua que emplea. No derroche agua.
3. No compre cosas que no necesite. Cuando se encuentre haciendo alguna compra piense en qué sucedería si no lo hace. Si la respuesta es nada es porque no lo necesita, así que no siga contribuyendo al consumo desmedido.
4. Recicle todo. Separe desde su casa los residuos orgánicos, inorgánicos, el papel y los envases en diferentes bolsas. Trate, en lo posible, de no utilizar plásticos ni envases.
5. Entre todos evitemos los incendios. Si va a un día de campo, recuerde recoger todos los residuos en especial los vidrios, pues éstos pueden iniciar fuego que puede dañar la naturaleza.

# ¡Vamos mejorando ASOASBAI!

## Capacitaciones y fortalecimiento en desarrollo del proyecto ASOASBAI

Textos: Vanesa Delgado / CGR-DJ

CGR sigue apoyando a las microempresas en Mochuelo Bajo. Es por eso que da continuidad al desarrollo de los proyectos que están en ejecución, realizando fortalecimiento de aprendizajes, los cuales están relacionados directamente al área contable. En este proceso de orientación se fijó la temática respectiva al manejo de información básica de las cuentas contables, con relación a su contabilización e interpretación, acorde al tipo de actividad que se realice, bien sea una compra, un gasto, una venta u otros.

Esta información es básica para la presentación de las operaciones diarias de la microempresa, con el fin de poder contar con una información confiable y fidedigna para la elaboración de estados financieros y, posteriormente, dar cumplimiento al pago de las obligaciones tributarias que arroje el balance al final de cada periodo contable.



Personal de CGR-DJ capacitando a los integrantes de ASOASBAI.

# ¡Se avecinan nuevos proyectos productivos!

## Cría y levante de aves de corral y comercialización de huevos en Mochuelo Alto



Profesional de CGR inspecciona el lugar donde se implementará el proyecto

Textos: Vanesa Delgado / CGR-DJ

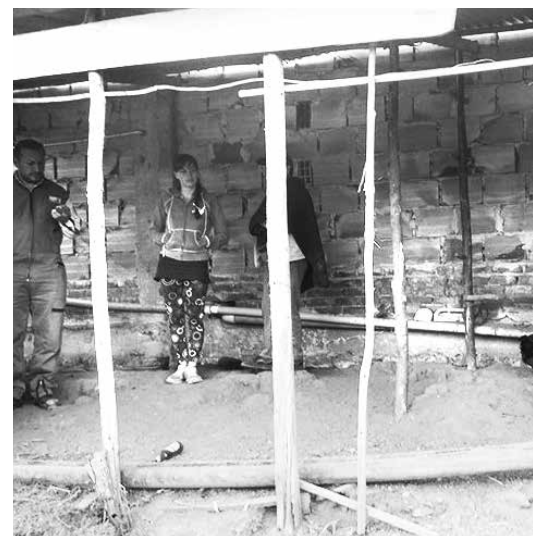
Con el ánimo de crear nuevas oportunidades económicas para los habitantes de los Mochuelos, CGR apoya un nuevo proyecto productivo que tendrá como protagonistas a las aves. El proyecto se denominó “Comocría” y consiste en el levante de Aves de Corral y la comercialización de Huevos en Mochuelo Alto. Éste contará con la asesoría de los profesionales de CGR, quienes

ayudarán a materializar las ideas del mismo. Los aspectos básicos que se tuvieron en cuenta a la hora de aprobar este plan se basaron en la viabilidad respecto al sector o a la zona donde se va a desarrollar.

Factores como el clima, la ubicación y la logística, influyeron en la consolidación del proyecto, el cual debe ser conformado por personas que no tengan ningún vínculo familiar, pues van encaminados a un beneficio social.

El proyecto ya está en marcha. Los profesionales de CGR se reunieron el pasado 20 de abril con el fin de inspeccionar el lugar donde se adecuará el galpón para la cría de las aves.

En la verificación del sitio se detectaron aspectos importantes como la determinación de la cantidad de materiales requeridos en este proceso para que, posteriormente, el área de Obras Civiles del operador realice las adecuaciones pertinentes tales como:



Espacio donde se instalarán los galpones para la cría y levante de las aves en Mochuelo Alto.

La nivelación del terreno (80 metros cuadrados), la instalación de los bebederos y comederos, la cascarilla, las lonas para gallinaza malla, la poli sombra y los nidos. Los habitantes de Mochuelo Alto mostraron gran entusiasmo por este proyecto productivo que traerá nuevas experiencias de vida.

# La llegada del agua al Rincón de Mochuelo



Doña Rosalba contando su historia de vida.

Textos: Vanesa Delgado / CGR-DJ

CGR habló con Doña Rosalba Chacón, líder comunitaria del Rincón de Mochuelo y mujer que con su empuje y dedicación ha sido capaz de incentivar el trabajo comunitario en la zona y ha venido trabajando por el beneficio de toda la vereda.

## Llegada de la líder comunitaria.

Oriunda del Meta, Villavicencio, doña Rosalba llegó hace 17 años a Ciudad Bolívar, a lo que hoy se conoce como el Rincón de Mochuelo. Cuenta ella que solo habían cuatro casitas: “A mí me dio duro llegar a comer huevos y pan”, dice entre risas. Pues en su natal Villavicencio están acostumbrados a desayunar arepas de maíz pelado y majule, una bebida típica hecha con plátano maduro cocido.

Cuando se empezó a construir el barrio, había solo cinco familias: “Estaban los Rey, Ortiz, Hernández, Tequía y Gutiérrez, entonces entre todos hicimos el asentamiento en el lugar”. Para sobrevivir, ella puso un puesto de perros calientes: “Yo me la rebusqué en la calle, vendí comida, eso no da pérdida”. Pasaron los años y Doña Rosalba cogió fuerza en el barrio, tanto así que puso una tienda que tenía de todo. “Ahí no faltaba nada, lo que usted quería yo lo tenía”. También hacía trabajos del campo, pues toda su vida estuvo dedicada a ello: “Yo por ahí tenía mis gallinas, todavía las tengo. La tienda la cerré porque me dediqué a la comunidad y ya después no me quedó tiempo”.

## La lucha por el agua en la Quebrada Trompeta.

La comunidad y ella se ingeniaron la forma de recoger el agua de la quebrada para el consumo. “Desde el nacedero se instalaron tres mangueras con un diámetro de tres cuartos de pulgada” y a punta de vender empanadas y tintos se lograron comprar dos motobombas, una con cuatro caballos de fuerza y la otra con dos caballos de fuerza. La primera servía para sacar el agua directamente del tanque en el que la reservaban y, por medio de mangueras, la hacían llegar a las casas.

“Yo me levantaba, y tipo seis de la mañana ya estaba golpeando para llenar los tanques de las casas. Con la ayuda del señor Sixto Gutiérrez, distribuíamos casa por casa el agüita”. Mientras se llenaban los tanques de cada casa, Doña Rosalba pasaba el tiempo tomando tinto; desayunando y, una que otra vez, hacía las cartas con el objetivo de enviarlas al acueducto para que instalaran el agua y el alcantarillado.

“Antes la quebrada era limpia. Su cauce era bien arriba en la montaña y nosotros tomábamos el agua de ahí”, cuenta Doña Rosalba con cierta nostalgia, pues la quebrada se ha ido perdiendo a través de los años porque las construcciones fueron matándola y también se contaminaba con los desechos orgánicos y humanos. “Habían tres o cuatro espejos de agua. Esos se fueron secando y cuando nosotros vimos eso, empezamos a criar la “Tatacoa de dos cabezas”. Ésta es la serpiente del agua. Según el adagio popular, se dice que donde se deja criando esta serpiente empieza a resurgir el manantial. Doña Rosalba creyó firmemente en la Tatacoa de dos cabezas y la crió. Ella cuenta

que hasta el día de hoy, en el lugar donde la crió, hay un espejo de agua.

Para el año 2001, Doña Rosalba con la ayuda de la comunidad crea el primer Comité Quebrada Trompeta, con el fin de mitigar el daño ambiental a la quebrada, pues para ese entonces ya había un grado de contaminación bastante diciente.

“El primer comité ambiental que hicimos mancomunadamente lo apoyó la Secretaría de Hábitat y el Hospital de Vista Hermosa. Ese grupo se integró por Fabio Vargas, que era el presidente, Juan de Dios Rodríguez, José Rodríguez, María Tovar, Luz Marina Sandoval, Esperanza Corredor y mi persona”. Este comité asistió a la Asamblea de Agua, una audiencia pública que se realizó en la Universidad Nacional, donde Doña Rosalba fue la vocera. Allí manifestó las inclemencias que debían pasar para tener acceso a las fuentes hídricas.



Tanque de reserva y mangueras que proporcionaban agua a la comunidad.

“Fue uno de los chascarrillos más vergonzosos que he tenido. Me tocaba pasar la información por medio de una USB y yo no llevaba nada. Cuando me preguntaron quedé de mil colores. ¡Qué pena!” Cuenta el testimonio de su primera presentación en público, pero con pena y todo tuvo las agallas para manifestar todas las problemáticas, a causa de no tener el apoyo del Acueducto.

Como resultado de esta intervención, se crea el Comité Cívico Comunitario, con el que se hacían brigadas de aseo en la quebrada: “Eso nos tocaba ponernos unos guantes muy grandes, nos llegaban hasta los codos, con botas y tapabocas, pues nos metíamos en la quebrada a recoger los residuos que la gente dejaba caer en ella.

Tras pasar siete años en la lucha por tener alcantarillado y agua en su barrio, Doña Rosalba realiza la gestión para que el Acueducto llegará a éste e hiciera los estudios pertinentes para instalar finalmente el agua. Es así como desde el 10 de agosto del 2008, el Rincón de Mochuelo tuvo agua potable para su comunidad. “Ya la comunidad solo abre la llave y llega el agua a la casa, eso era lo que yo quería”.



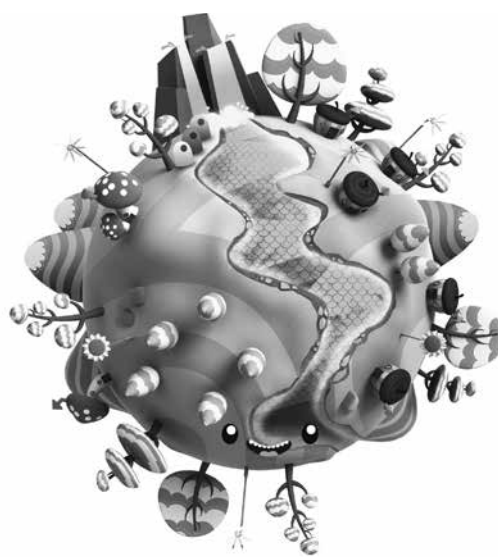
# A divertirnos

## ¡Cuidemos nuestro planeta!

Veinte palabras para reflexionar sobre nuestro planeta.

1. Lee las palabras y luego búscalas en la sopa de letras.
2. Marca con una cruz las que no están en la sopa de letras.

G	I	É	J	Ú	F	O	É	Ü											
A	N	I	M	A	L	E	S	Z											
E	E	Ü	Ñ	Í	C	Y	J	I											
C	M	A	G	F	Ü	B	F	K											
O	I	E	N	E	R	G	Í	A											
L	S	Ñ	Í	Z	B	J	Y	B											
O	I	P	L	A	N	E	T	A											
G	Ó	D	E	S	P	E	R	D	I	C	I	O	S	Ú	A	H	R		
Í	N	G	X	É	P	R	E	S	E	R	V	A	R	S	G	Á	E		
A	R	E	C	I	C	L	A	R	N	Ó	W	P	O	W	U	B	D		
B	I	O	D	I	V	E	R	S	I	D	A	D	L	H	A	I	U		
É	N	M	N	K	R	E	U	T	I	L	I	Z	A	R	Q	T	C		
D	E	S	E	R	T	I	F	I	C	A	C	I	Ó	N	R	A	I		
T	I	E	R	R	A	V	G	N	U	E	W	Z	É	N	O	T	R		



- |               |                 |            |            |
|---------------|-----------------|------------|------------|
| agua          | deforestación   | energía    | preservar  |
| animales      | desertificación | erosión    | reciclar   |
| biodegradable | desperdicios    | hábitat    | reducir    |
| biodiversidad | ecología        | naturaleza | reutilizar |
| contaminación | emisión         | planeta    | tierra     |

# CURIOSIDADES DEL MUNDO

Por: Jairo Baquero- CGR-DJ

Durante toda la vida, una persona come alrededor de 60.000 libras de comida, que es equivalente al peso de 6 elefantes.

El primer año de un perro equivale a 21 años humanos. Cada año canino posterior es de 4 años humanos.

Los delfines duermen con un ojo abierto.

Se les comenzó a poner herraduras a los caballos en la época del Imperio Romano cuando estos comenzaron a pavimentar sus calles.

Thomas Alba Edison, el inventor de la bombilla eléctrica, tenía miedo a la oscuridad.

En el espacio los astronautas no pueden llorar porque a falta de atracción gravitacional las lágrimas no pueden fluir.

En Bulgaria, los búlgaros mueven la cabeza de arriba hacia abajo para decir "no" y de un lado a otro para decir "sí".

El pingüino es la única ave que puede nadar pero no puede volar.

Un estornudo sale disparado fuera de la boca a una velocidad mayor de 100 millas por hora.

Elvis Presley tenía el cabello rubio y se lo pintaba negro. Tuvo un gemelo que murió al nacer. Lo llamaron Jésee Garren Presley.

Las huellas de las narices se utilizan para identificar perros, así como las huellas dactilares se utilizan para identificar humanos.

La palabra más larga del castellano es "anticonstitucionalmente", seguida por el nombre de músculo del cuello "Esternocleidomastoideo".

La posición sexual "misionero" fue una vez la única posición sexual aceptada por la iglesia.

La palabra "ojalá" no viene del árabe (In Sha'a Allah) "Si Dios quiere", como se cree regularmente, sino del árabe (Law Sha'a Allah) "Si Dios quisiera".

La letra o texto del himno nacional japonés data del siglo IX pero la música fue compuesta en 1880.

Antes de su conversión a santo, San Agustín en uno de sus libros, "los Diálogos", dijo: "La prostitución es una condición necesaria de moralidad" y "si quitan la prostitución, el placer y la licencia corromperán a la sociedad".

# Animate a cocinar



## Conejitos divertidos

"La cocina familiar tiene la magia de marcar etapas de nuestra vida"

- 3 huevos duros ( O las cantidades que necesites)
- 6 cabitos de perejil como de 1/2 centímetro (ojos)
- 3 triángulos pequeños de zanahoria (nariz)
- Ensalada al gusto para presentar los conejitos

### Modo de preparación

• Cortar una base a los huevos y de esa misma base, y con un cuchillo, cortar a lo largo para las orejitas y colitas. Reservar.

• Acomodar el huevo duro con la base lisa hacia abajo y hacer tres tajitos, dos a la altura de las orejitas y otro para la colita, luego incrusta las partes reservadas.

• Introducir los cabitos de perejil simulando los ojos y la zanahoria a la altura de la nariz.

• Acomodar los conejitos sobre una linda y divertida ensalada bien colorida. ¡Y listo!

¿Viste qué fáciles son? Te aseguramos que a tus hijos les van a encantar. ¡No dejes de sorprenderlos!

Tomado: <https://cookpad.com/co/recetas/97737-conejitos-divertidos>

# Clasificados



## Viveres

### Víctor García

Carrera 18 B Bis No. 91 D 17 sur Barrio Esmeralda

Ofrezco toda clase de abarrotes, licores, galguerías y todo lo relacionado con el hogar.

### Lucila Parga

Calle 93 No. 18-86 Barrio Barranquitos, **Tel: 3219309389**

Ofrezco toda clase de abarrotes.

### Supermercado autoservicio Granero El Mochuelo

Martha Lucia Castaño

Carrera 18 F No. 92-47, **Tel: 3138738447**

Ofrezco todo lo seleccionado con viveres, rancho, licores. Cuidado de mascotas y todo lo seleccionado con el hogar.

*Se reciben todas las tarjetas de crédito*

### Tienda Don Edgar

Edgar Garzón: **Tel: 2009140- 3115438962**

Carrera 18 F No. 92 - 84 Barrio la Esmeralda. Ofrezco todo en licores, galguerías, fotocopias, recargas Tu llave, recarga de celulares y llamadas.

*Visítenos para tener el gusto de atenderlo.*

### Tienda León

Calle 91S No. 18D-48 - Tel: 3204261659

*Atendido por su propietario, Carlos León.*

*Visítenos para tener el gusto de atenderlo.*

### Tienda Donde Charly

Calle 91D No. 18B-12

Tienda - Cerveza - Granos-Papelería

*Atendido por su propietario, Nelson Hernández.*

### Lacteos Santa Mónica

Km 10 vía Pasquilla, Mochuelo Alto - Tel. 739 1233 / 316 7929865

lacteos.santamonica@hotmail.com



## Belleza

### Peluquería Maranta

Tatiana Moreno: Tel: 3124132867

Ofrezco todo lo relacionado en belleza: Cepillado, cortes, manicure, pedicure, maquillaje y peinados para toda ocasión.

### Peluquería stilo y color

Herminda Combita: Tel: 312 5755359

Diagonal 91 C No. 18 f - 28



## Servicios

### José D García Pañalera

Calle 91 D No. 18 C - 56 Barrio Esmeralda: Tel: 3104015930.

### Dolly León

Carrera 18 B No. 91 B - 06 Barrio Esmeralda: **Tel: 3118670649**

Ofrezco todo en pijamas, pantuflas, lociones, recordatorios en porcelanicon, productos en madera y todo lo relacionado con bebés.

### Ricardo Sarmiento

**Tel: 3118333231**

Calle 91 D No. 18 c - 23 Barrio la Esmeralda.

Se elabora toda clase de ornamentación como puertas, ventanas, rejas y parasoles.

*Visítenos para tener el gusto de atenderlo.*

### Carpintería Don Moncho

Edilberto Gómez Diagonal 91 c No. 18 G - 12 2009357-3107502227.

### Aceros Inoxoga SA

Jairo Edinson Garzón: Calle 93 a No. 18 b - 36; Mochuelo Bajo / Tel. 3203440122

### Iris Albarracín

Barrio Rincón de Mochuelo - Tel: 3138369342 - 3107678723

Ofrece elementos de aseo de excelente calidad como hipoclorito, suavizante para ropa, Jabón para manos, desinfectante y desengrasante para ropa y pisos.

### Restaurante el Ruby

Jima Suarez; Carrera 3 No. 4-52 vereda Mochuelo Alto

/ Tel. 739 1279 - 310 3440271

Venta de deliciosa gallina criolla, huesos de marrano, almuerzo corriente.

*Visítenos para tener el gusto de atenderlo.*

### Panadería y Pastelería Alhambra

Fabio Torres: Carrera 2 Este No. 1-48 sur, vereda Mochuelo Alto / Tel. 318 5804922.

Venta de repostería para todo tipo de ocasión. (Bautizos, primeras comuniones, matrimonios, cumpleaños, ETC).

### Panadería Mi Mochuelo

Tel. 317 744 9747 / 317 7391261, vereda Mochuelo Alto

Ofrezco toda clase de abarrotes, licores, galguerías y todo lo relacionado con el hogar.

### Restaurante Las Delicias de Mochuelo

Luz Stella Montoya: Carrera 3 NO. 1-47 Sur vereda Mochuelo Alto / Tel. 739 1334 - 319 5714331

Desayunos, almuerzo corriente, platos a la carta.

### JAVIER CHACÓN

**CEL: 3108753119**

Trabajamos todo lo relacionado con la construcción, instalación de Drywall, remodelación, lavada de fachadas, pañete, enchape, plomería, estuco.

### DISTRIFRUTOS LA VIÑA

Brevas en almibar: Pedidos: Cels. 3213456860 / 3138501177



## Carnes

### Fama Trigo Carnes - El trébol

Albeiro Muñoz Suarez: Carrera 18 F No. 92-70 / **el: 3134191862**

Ofrece todo lo relacionado en carnes de res y cerdo. De primera calidad, en pie y en canal.

*Atendido por sus propietarios*

### Carnes Finas Lagrimón

Janeth Pedraza: Carrera 3 NO. 1-47 Sur Vereda Mochuelo Alto / Tel. 319 2748319

Ofrezco todo lo relacionado en carnes de res y cerdo. Productos de primera calidad en pie y en canal, al mayor y al detal, a precio de matadero.

*Visítenos para tener el gusto de atenderlo.*

# Acérquese a la

# UAESP

*"Protegemos los derechos del ciudadano como usuario y como actor en la prestación de los servicios, principalmente en la corresponsabilidad frente a la construcción de una ciudad sostenible e incluyente".*

**La Unidad Administrativa Especial de Servicios Públicos atiende sus inquietudes y necesidades en su**

**Línea de Atención al Ciudadano**

# 3 580 400

**Identifique el operador de aseo de su localidad y solicite estos servicios:**

- *Recolección y transporte de residuos sólidos domiciliarios e industriales.*
- *Barrido y limpieza de vías.*
- *Recolección de escombros.*
- *Corte de césped.*
- *Poda de árboles.*
- *Lavado de muros, puentes y áreas públicas.*
- *Servicios especiales.*
- *Actividades de relaciones con la comunidad.*



**Línea 110**

Fontibón, Engativá, Teusaquillo, Chapinero, Santa Fe, Candelaria, Mártires, Barrios Unidos, Rafael Uribe Uribe, Usme, San Cristóbal y Antonio Nariño.



Tunjuelito, Puente Aranda y Ciudad Bolívar.



**2 621 155**  
Kennedy y Bosa



**4 173 698**  
Usaquén y Suba

**Solicite nuestros servicios relacionados con:**

### **Aseo**

*Autorización para poda de árboles.*

**Ext. 111**

### **Recicladores**

*Información sobre organizaciones de recicladores.*

**Ext. 222**

### **Cementerios Públicos**

*Información sobre subsidios funerarios.*

**Ext. 333**

### **Relleno Sanitario**

*Información sobre visitas técnicas al Relleno Sanitario Doña Juana.*

**Ext. 444**

### **Alumbrado Público**

*Información sobre fallas en el alumbrado público de la ciudad.*

**Línea 115 - CODENSA**

*Escríbale al Defensor del Ciudadano:*

[defensordelciudadano@uaesp.gov.co](mailto:defensordelciudadano@uaesp.gov.co)

**[www.uaesp.gov.co](http://www.uaesp.gov.co)**



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.