



## RECOMENDACIONES DE VIAJE AL PNN EL COCUY • TRAVEL TIPS IN NNP EL COCUY

### VESTUARIO

- Lleve ropa de fácil secado y manga larga, medias y varias camisetas para el cambio
- Gafas oscuras o con filtro UV
- Guantes, gorro o pasamontañas y linterna.
- Botas para caminatas de buen agarre
- Mochila para llevar en los hombros preferiblemente
- Botiquín personal y bloqueador con filtro UV
- Chaqueta resistente al agua o rompe vientos
- Lleve una cobija liviana para el trayecto en carretera.

### SALUD

- Es indispensable en todo momento el uso de bloqueador solar y que no contamine la capa de ozono.
- La hidratación constante es importante ya que hay alta humedad. Lleve su propio termo preferiblemente.
- La vacuna de la fiebre amarilla es obligatoria.

### OTRAS RECOMENDACIONES

- Por favor acate las sugerencias de los funcionarios de parques naturales y de los encargados de la operación de los servicios turísticos y guías.
- Lleve la basura con usted, no la deje en las montañas o lagos; puede llevarla en su mochila y depositarla en un lugar adecuado con infraestructura para su correcto tratamiento.
- ¡Ahorre Agua! Tome baños cortos.

### CLOTHING

- Bring light, fast drying clothes and large sleeve, various socks and t-shirts
- Use sunglasses with solar protection above 50
- Gloves, cap and a lamp.
- Travel with a small backpack for the trek
- Use comfortable shoes and water resistant
- First aid kit and sunblock
- Water resistant jacket
- Bring a light blanket for the journey in bus

### HEALTH

- It's recommendable to use sunblock cream all day
- It's very important to constantly drink enough water, as the humidity is very high. Preferably bring your own drinking bottle.
- The yellow fever vaccination is mandatory.

### OTHER RECOMMENDATIONS

- Follow the instructions of the functionaries of the natural parks, guides and people that brings you the tourism services. Respect the rules of historical and religious places.
- Take your garbage with you, don't throw it in the mountains or rivers. Carry it in garbage bags until you deposit in an adequate place for its treatment.



- *Cuide la fauna y flora durante las actividades ecoturísticas, absténgase de tocarlos ya que son muy frágiles.*
- *No compre animales silvestres y rechaza lugares que los exhiban en cautiverio.*
- *Al ingresar al PNN COCUIY debe tomar la charla ambiental que es obligatoria.*
- *Al comprar artesanías, pague un precio justo por las piezas que está llevando; así colabora a las comunidades locales y su sustento.*
- *No dañe ni raye los frailejones u otras especies.*
- *Las cabalgatas dentro del parque no están permitidas y conllevan multas de 5 SMLV.*
- *Lleve dinero de baja denominación. Sólo hay un cajero automático en el pueblo del Cocuy.*
- *Save Water! Take short showers.*
- *Take care of the fauna and flora when you practice ecotourism, abstain to touch it because are very fragile.*
- *Don't buy animals and reject the places where are exhibit in captivity.*
- *At the entrance into the NNP COCUIY there is an environmental talk which is mandatory.*
- *Buy crafts and souvenirs, pay a fair price in that way you can help to support local artist and vulnerable communities.*
- *Don't scratch or damage the frailejones.*
- *Horse-riding inside the park is forbidden and has penalties of 5 monthly salaries.*
- *Bring cash of low denomination. There is only one cash machine in Cocuy Town.*

## PATRIMONIO CULTURAL

*El Parque Nacional Natural El Cocuy es el hogar de seis resguardos que hacen parte del territorio ancestral de la etnia UWA. Además, poblaciones de campesinos que viven en la parte alta de las montañas. Al encontrarlos en el camino, saludelos y recuerde que está visitando su hogar.*

## PATRIMONIO NATURAL PARQUE NACIONAL NATURAL EL COCUIY

*En el ramal oriental de los Andes colombianos, se encuentra la Sierra Nevada de Güicán, El Cocuy y Chita. Son más de veinticinco picos cubiertos de nieves perpetuas, en dos cadenas montañosas de aproximadamente 25 kilómetros de longitud por 4 de ancho. Buena parte de esta hermosa e imponente Sierra Nevada, que constituye la mayor masa glacial de Colombia.*

*En desarrollo de lo dispuesto en el artículo 17 de la Ley 679 de 2001, la agencia advierte al turista que la explotación y el abuso sexual de menores de edad en el país son sancionados penal y administrativamente.*

*Ley 397 de 1997. Contra del Tráfico de Patrimonio Cultural. Ley 599 de 2000 y Decreto 1608 de 1978. Contra el tráfico de especies de fauna y flora silvestre.*

## CULTURAL HERITAGE

*The NNP Cocuy is home to six guards who are part of the ancestral territory of the UWA ethnicity. In addition, there is farmers living in the top of the mountains. When you meet them in the walks, greet them and remember that you are visiting their home.*

## NATURAL HERITAGE NATIONAL NATURAL PARK COCUIY

*In the eastern branch of the Colombian Andes, it is the Sierra Nevada de Güicán, El Cocuy and Chita. More than twenty permanent snow -capped peaks in two ranges of about 25 kilometers long and 4 meters wide. Much of this beautiful and imposing Sierra Nevada, which is the largest glacial mass of Colombia.*

*In furtherance of the provisions of Article 17 of Law 679 of 2001, the agency warns the tourist exploitation and sexual abuse of minors in the country are criminal and administrative sanctions according to the laws.*

*Law 397 of 1997. Against Trafficking in Cultural Heritage. Law 599 of 2000 and Decree 1608 of 1978. Against the traffic of species of wild fauna and flora.*

**Descubre más sobre Colombia en [www.livingcol.com](http://www.livingcol.com) • Discover more about Colombia**