



ecocentro

bio vegetariano con alma



E. Carrillo y L. Rumi



Dr. J. Colastra



Cristina Durán



Gabriela Heredia



Josep Soler



Violeta Arribas



Daniela S.



Lobsang Zopa

AGENDA

Abril 2024

Año XXXI n°441

En la Hospedería

Escuela de Vida Consciente

Claustro parcial de profesores

LAMBERTS®

El Rango Profesional



**FÓRMULA
MULTINUTRIENTE**
como apoyo durante
la pre-concepción,
el embarazo,
y la lactancia.
SIN VITAMINA A

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Dos tabletas aportan:

Vitamina D (D3)	10 µg
Vitamina E	10 mg α-TE
Vitamina C	70 mg
Vitamina K (K1)	70 µg
Vitamina B1 (Tiamina)	1,4 mg
Vitamina B2 (Riboflavina)	1,4 mg
Vitamina B3 (Niacina)	18 mg
Vitamina B6 (Piridoxina)	2,8 mg
Ácido Fólico (como L-Metilfolato de Calcio)	400 µg
Vitamina B12	2,6 µg
Biotina	50 µg
Ácido Pantoténico (Vitamina B5)	5 mg
Calcio	120 mg
Hierro	17 mg
Magnesio	150 mg
Zinc	15 mg
Cobre	1000 µg
Manganeso	0,5 mg
Selenio	100 µg
Cromo	40 µg
Yodo	150 µg
Colina	130 mg
Inositol	5 mg





ecocentro
bio vegetariano con alma
desde 1993 **30**

ÍNDICE

ÍNDICE DE ANUNCIANTES

- 22 Biocop
- 06 Biotobio /La Finestra Sul Cielo
- 26 Concierto Gustavo Varela
- 21 Consulta con el Dr. J. Colastra
- 27 Cristina Durán. Mindfulness
- 10 Cuadernos La Academia de la Consciencia
- 44 Ecocentro.
- 31 Emilio Carrillo: Conferencia Junio
- 32 Emilio Carrillo: Retiro verano
- 34 Emilio Carrillo y Enrique de Vicente
- 11 Encuentros Conscientes con P. Juárez
- 05 Enrique de Vicente. Seminario Ovnis
- 13 Retiro Paloma Crisóstomo
- 39 Gabriela Heredia Retiro y Meditaciones
- 14 Gumendi
- 28 La Hospedería del Silencio. Turismo.
- 37 La Hospedería del Silencio. Retiros
- 29 La Hospedería del Silencio tarifa retiros.
- 02 Lamberts España
- 15 Masajes Ayurveda con Jay
- 12 Natursoy
- 42 Retiro con Zopa
- 20 Snatam Kaur
- 16 Soria Natural
- 35 Supermercado ecológico
- 33 Tarifa salas
- 25 Tarjeta Descuento y Joven
- 08 Vegetalia
- 07 Yoga con Jay
- 43 Xanceda
- 35 Supermercado ecológico

ÍNDICE DE CONTENIDOS

- 04 Editorial
- 35 Receta Ecocentro
- 19 Actividades Gratuitas
- 24 Clases
- 17 Consultas
- 25 Eventos
- 30 Eventos Gratuitos.
- 24 Seminarios
- 23 Taller

ECOCENTRO

Alimentación Bio-Vegetariana
Multi-Tienda y Restaurantes
Librería
Hoteles Rurales
Ecosofía: Formación y Solidaridad

Ecocentro
C/ Esquilache 2 al 12 – 28003 Madrid
915-535-502 / 690-334-737
eco@ecocentro.es

La Hospedería del Silencio
Robledillo de la Vera. Sierra de Gredos. Cáceres.
hpd@ecocentro.es
915-535-502 / 690-334-737

Hotel Rural la EcoPosada
Pobladura de las Regueras. El Bierzo. León
987-530-000 / 617-898-100
ecoposada@gmail.com

www.ecocentro.es
Madrid- Cáceres- León

Alimentación
Bio-Vegetariana

Multi-Tienda y
Restaurantes

Ecosofía
Formación y Solidaridad

Hoteles
Rurales

Librería

LA PRIMAVERA EN MÍ

A medida que la Tierra emerge de su letargo invernal, mostrando los primeros brotes verdes de una nueva vida, me encuentro reflexionando sobre mi propio proceso de despertar. La primavera de mi vida se manifiesta en esos momentos cruciales en los que decido abrirme a nuevas posibilidades, desafiando las capas de miedos y limitaciones que me han mantenido inmóvil. **Es un tiempo para permitir que las semillas del cambio, cuidadosamente guardadas en mi interior, comiencen a brotar y crecer.**

Este renacimiento va más allá de la mera superación del pasado; es un compromiso activo con el conectar interior que acompaña al cambio. Al igual que la naturaleza se renueva y se llena de vida, también yo puedo florecer, abriéndome a nuevas maneras de ser y de interactuar con el mundo a mi alrededor. Me veo a mí misma como una exploradora valiente, lista para sumergirse en la belleza de lo desconocido y abrazar la corriente de la vida con confianza y apertura.

La transformación que observo en la naturaleza con la llegada de la primavera es un recordatorio poderoso de que, sin importar cuán largo y oscuro haya sido el invierno, siempre existe la promesa de un nuevo comienzo. Aprendo sobre la resiliencia, descubriendo que después de los periodos más difíciles, hay una fuerza en mi interior lista para surgir con vigor y belleza. **Este es el momento para reconectar con mi esencia más auténtica, para alimentar mis pasiones y sueños, permitiendo que mi vida se despliegue en su máxima expresión.**

Acepto esta invitación para unirme a la celebración de la primavera de la vida, abrazando este periodo de renovación con un nuevo sentido de propósito y alegría. Yo, puedo ser testigo de los milagros del despertar, tanto en el esplendor del mundo natural como en el profundo jardín de mi existencia individual.

Natalia Sánchez.

Responsable de Comunicación de Ecocentro

ecocentro.es

Seminario

COSMIC TOP SECRET:

Revelación y manipulación

Naves recuperadas, el secreto mejor guardado.
Más allá de los OVNIS: los poderosos motivos y estructura organizativa de la mayor conspiración de la historia.

con

Enrique de Vicente

Precios Promocionales

FECHA:

Sábado 6 de abril

Horario:

Sesión de mañana:
de 11 a 14h
Sesión de tarde:
de 17 a 21h

ENTRADAS:

Presencial y online
en **ecocentro.es**
Mañana: 20€
Tarde: 25€
Jornada completa: 40€
Online: 20€ Diferido*

Enrique de Vicente: Investigador.

Fundó y dirigió durante 26 años de la revista internacional "Año Cero". Es presidente de la Sociedad Española de Parapsicología, youtuber y comentarista en los programas de tv "Cuarto Milenio" y "Horizonte"

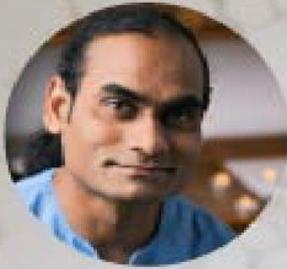


*precios promocionales para compras realizadas hasta al 29/02/2024

Condimenta tus platos con auténtico **SABOR JAPONÉS**

Elaboradas al estilo tradicional japonés Sabor y calidad en cada gota Con soja francesa ecológica





Clases de Yoga

con JAY

Profesor Titulado, Hatha Yoga:

"The international Sivananda Yoga Vedanta Centre"



Lunes / 20:15-21:15h

Y a partir de enero de 2024:

Martes y jueves / 11:00-12:00h



Ecocentro, sala Ecosofía.



30€ 1 día a la semana

50€ 2 días a la semana

Clase de prueba : 7€

Clase suelta: 15€

Nuevos horarios



ecocentro

bio vegetariano con alma

desde 1993 **30** años
en el mundo



915 535 502
690 334 737



ecocentro:

C/ Esquilache 2-12,
28003 Madrid



www.ecocentro.es
eco@ecocentro.es

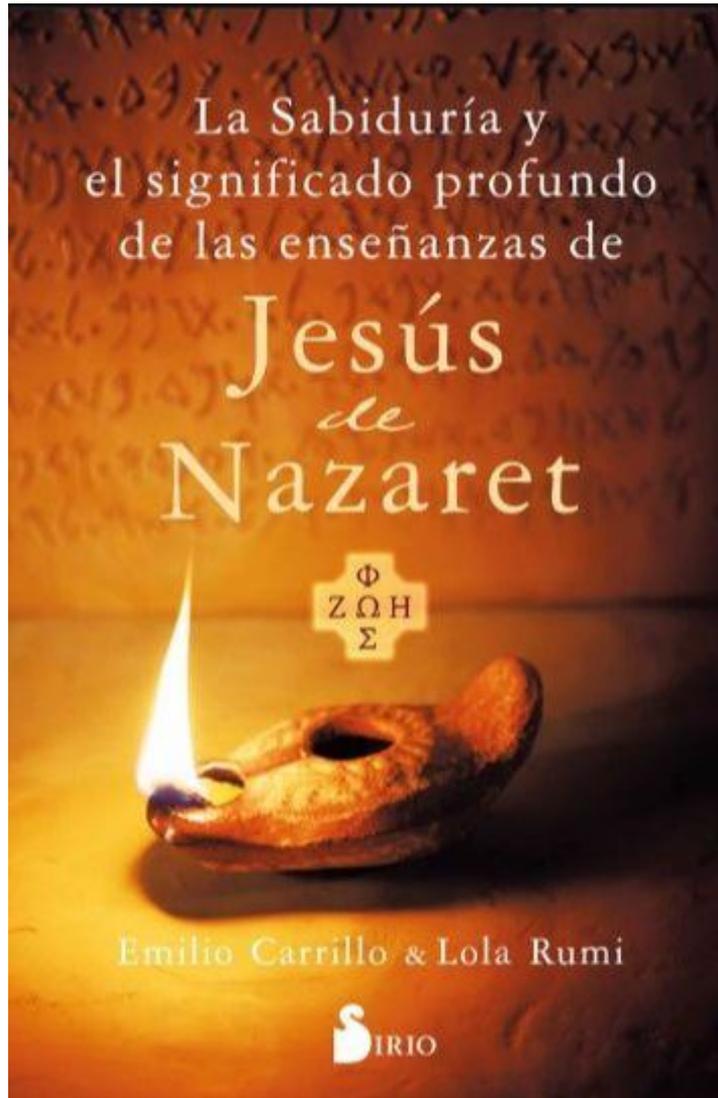
el tempeh

el imprescindible en tu nevera



Vegetalia

Emilio Carrillo y Lola Rumi presentan su nuevo libro: *"La Sabiduría y El Significado Profundo De Las Enseñanzas De Jesús De Nazaret"*



Emilio y Lola, con su amplio bagaje en el terreno de la espiritualidad, dedican esta obra, extensa e intensa, a la que consideran que es una figura absolutamente singular: Cristo Jesús, quien, afirman, no es «un maestro más», sino «un evento único en la historia y la evolución de la humanidad y la Madre Tierra».

Cristo Jesús trajo la energía crística a la humanidad y al conjunto del planeta, que están impregnados de ella desde su llegada. Esto implica un potencial asombroso, que cada ser humano está invitado a llevar a su máxima expresión. Pero solo puede hacerse en el ejercicio del libre albedrío. Cristo Jesús dio las claves para la evolución individual y colectiva de la especie humana, a menudo ocultas tras simbolismos y parábolas, que esta obra descifra con marcado discernimiento.

Carrillo y Rumi desvelan la hoja de ruta que Cristo Jesús ofreció para la cristificación de cada cual y el tránsito del género humano a una nueva etapa evolutiva. En estas páginas encontramos el pleno sentido del nacer de nuevo y se nos muestra cómo hacerlo realidad, no solo por nuestro propio bien, sino también, y sobre todo, para ser agentes de transformación, semillas de una nueva humanidad.

LA ACADEMIA DE LA CONSCIENCIA

Cuadernos de La Academia



Emilio Carrillo y Lola Rumi

Nº1 - ENERO 2024

NACER DE NUEVO Y AGENDA 2033:
marco general y prácticas de vida



LA ACADEMIA DE LA CONSCIENCIA

Cuadernos de La Academia



Emilio Carrillo y Lola Rumi

Nº2 - FEBRERO 2024

¿QUÉ NOS ESPERA EN 2024?



LA ACADEMIA DE LA CONSCIENCIA

Cuadernos de La Academia



Emilio Carrillo y Lola Rumi

Nº3 - MARZO 2024

¿QUÉ ES LA SABIDURÍA?
IMPLICACIONES PARA EL MOMENTO ACTUAL



Seminarios Emilio Carrillo

Septiembre 2023

¿Qué hay después de la muerte?



La Hospedería
del Silencio

Seminarios Emilio Carrillo

Octubre 2023

Cátaros, templarios, beguinas y frates:
sus aportaciones espirituales, su honda interrelación
y sus enseñanzas para el momento actual.



La Hospedería
del Silencio

Seminarios Emilio Carrillo

Noviembre 2023

La práctica de la meditación:
como ejercitarla a la luz de la tradición oriental
y la mística occidental



La Hospedería
del Silencio

El seminario se grabó en **La Hospedería del Silencio** a lo largo de 3 días, consta de vídeos con una duración total de más de **11 horas y un dossier en pdf** de más de 20 páginas.

[Consíguelo aquí](#)

El seminario se grabó en **La Hospedería del Silencio** a lo largo de 3 días, consta de vídeos con una duración total de más de **13 horas y un dossier en pdf** de más de 20 páginas.

[Consíguelo aquí](#)

Curso online 6 Lecciones. De la mano de Emilio y Lola nos sumergiremos en el mundo de la meditación. Desde la meditación en Occidente, viendo como la meditación implica una transformación interna y es un proceso gradual. [Consíguelo aquí](#)

Un sábado al mes en sala ÁGAPE
de 18h a 19:30h



ENCUENTROS gratuitos AUTOCONOCIMIENTO

ecocentro
bio vegetariano con alma
desde 1993 **30** años

investigando juntos

Para seres como tú cuya "existencia" está totalmente orientada hacia el reconocimiento de nuestra insondable naturaleza humana.

Un ambiente abierto y de confianza donde tu participación en los temas propuestos es fundamental.

"En el silencio se abre el infinito y nunca más se vuelven a plantear preguntas sobre la existencia."

Consuelo Martín

13 de enero: "Aquello que nunca cambia"

03 de febrero: "Constitución trina del Ser Humano"

02 de marzo: "Más allá de la persona"

06 de abril: "La única relación del Universo"

04 de mayo: "El fin de la búsqueda espiritual"

Más Información:

www.hospederíadelsilencio.com

722 532 237

Facilita:

Patrizia Juárez Rojas

Llévatelo:



Paloma Crisóstomo



Retiro

Descubriendo la Realidad

Del viernes 07 al domingo 09 de Junio de 2024

¿Te animas a pasar un fin de semana profundizando en ti mismo?
Investigaremos sobre la Realidad que Somos
y veremos los personajes de los que nos disfrazamos.

APORTACIÓN

Por persona en régimen de pensión completa.
220e.-En habitación compartida.
30e.-Suplemento por habitación individual abuhardillada.
+50e.-Suplemento por cada día adicional de estancia

NOTAS GENERALES

- Si te es posible, preferimos las comunicaciones escritas por correo electrónico o Whatsapp.
- Política de cancelaciones. Sólo se devuelve la reserva si se cancela con más de un mes de antelación, con menos de un mes queda perdida.



ecocentro

La Hospedería del Silencio



CONTACTO
650 484 928
Sofía Delgado



La Hospedería del Silencio
Paseo de las Cañadas S/N,
10493 Robledillo de la Vera,
Cáceres

RESERVAS EN:



www.hospederiadelsilenico.com



hpd@ecocentro.es

AGRICULTURA ECOLÓGICA

GUMENDI



alimentación ecológica desde 1992

www.gumendi.es



#BIOZUMERS 

nuestros zumos 100% naturales





ecocentro
bio vegetariano con alma
desde 1993 **30** años

Masajes

AYURVEDA

> con JAY

20%

para clientes con
tarjeta descuento

descuento

PADAABHYANGA

Masaje profundo de la parte baja de las piernas y los pies, activando los puntos de acupresión.

Estimula el retorno linfático y mejora la circulación. Induce al sueño profundo.

24€

35min | ~~30€~~

SHIRO ABHYANGA

Masaje hindú realizado en la cabeza, cuello y hombros.

Alivia la tensión mental, muscular y la ansiedad, revitaliza la mente y mejora la concentración.

24€

35 min | ~~30€~~

ABHYANGA

Masaje suave de todo el cuerpo con aceites herbales templados que armoniza cuerpo, mente y espíritu.

Depurativo, refuerza el sistema inmunológico, aumenta la vitalidad, elimina el estrés, mejora la claridad mental y relaja los músculos.

40€

55min | ~~50€~~



915 535 502
690 334 737



ecocentro:
C/ Esquilache 2-12,
28003 Madrid



www.ecocentro.es
eco@ecocentro.es

LA MEJOR COMBINACIÓN DE VITAMINA C



C-ACTIV


**20+20
comprimidos**



CN 215204.5



POR LA MAÑANA...

**comprimido I
con 500 mg de VITAMINA C LIPOSOMAL**



...POR LA NOCHE

**comprimido II
de liberación sostenida
con 500 mg de VITAMINA C NO ÁCIDA
y 50 mg de GLUTATIÓN (GSH)**

CON GLUTATIÓN (GSH)



ecocentro

bio vegetariano con alma

CONSULTAS

CO.124. Consulta Tarot

Por Mariam Mínguez Martín.

Info y Reservas: 690 742 609

CO.145. Jornada de Lecturas de Registros Akáshicos

La lectura de Registros Akáshicos es una técnica que permite ver en el libro de la vida o en los Registros Akáshicos de la persona que desea utilizar este tipo de herramienta, con la intención de sanar traumas, conflictos o comprender su vida actual para poder seguir adelante con más sabiduría. En estas sesiones, pasado (pueden ser otras vidas), presente o futuro convergen para orientar a la persona. Es un sistema terapéutico de acceso rápido al fondo del problema. Muy efectivo en bloqueos y conductas repetitivas.

Todos los jueves Sala Orión en horario de mañana y tarde.

Por M^a José Trillo. Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International.

Info y Reservas: 696 078 626 / mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

CO.157.-Masaje y Sanación Reconectiva.

Acreditada por el Dr. Eric Pearl.

Info y Reservas: Esther Tellado. Tf. 677.707.600

CO.256.-Consulta Naturopatía. Manuel Frutos y Virginia Linares.

Tarifa:

-85e, primera consulta.

-70e, segunda consulta y resto.

Próximas consultas: Fechas por concretar.

Se abona en la tienda.

1- Naturopatía basada en la medicina china de los 5 elementos, tratando cualquier tipo de dolencias y de cánceres, ya que no hay enfermedades sino dolencias.

2- ASTROMEDICINA, trabajamos con la fecha de nacimiento y las tendencias por ello orgánicas de nacer en esa fecha yendo al origen del proceso de enfermedad .

3- IRIDOLOGIA

4- Especialistas en Sales de Shuessler

5- Ajustes NEUROLOGICOS para solucionar dolencias en el físico y musculares y Oseas.

6- Fitoterapia. Flores de bach , Oligoterapia . Homeópatas.

7- Tratamiento en el físico. Mental y emocional

8- Dietas por el grupo sanguíneo

9- Macrobiótica

10- TRATAMIENTO PARA DEPORTISTAS PARA ALTO RENDIMIENTO

11- Tratamientos de fertilidad para quedarse embarazada y cuidados posteriores del bebé.

12- tratamiento en conflictos de parejas y sus problemas de relación.

Info y Reservas: 915 Ágape5 502- 690 334 737 para reservas y eco@ecocentro.es

CO.221. Acupuntura, Homeopatía y Terapias Energéticas

Doctor Jesús Valverde, Licenciado en Medicina y Cirugía. 20% de descuento en todas las terapias para Clientes con Tarjeta Ecocentro.

Info y reservas: 620-960-086 / 915-431-700 / jesusvalverdemedico@gmail.com

CO.298. Consulta. Sesión de acompañamiento, Isabel Ginés.

Info y Reservas: 654 843 227 isabelgines22@gmail.com

CO.300. Consulta. Consulta de Hipnosis con Eduardo Manchón

Info y Reservas: 665 877 626 / edmanchon@gmail.com / www.hdehipnosis.es

CO.3Orión. Consulta. Medicina por la verdad con Natalia Prego

Info y Reservas: 692 948 272 / natalia.prego@hotmail.com

CO.303. Consulta. Bio Medicina ortomolecular con José Colastra

Info y Reservas: 620 045 458 / josecolastra@hotmail.com / www.josecolastra.com

CO.324. Consulta medicina ayurveda by Bharat negi.

Info y Reservas:600 720 357/ info.ayursathari@gmail.com

Promo

ecocentro
bio vegetariano con alma

Kom
Vida
ORGANIC
KOMBUCHA

15% Descuento



*Imagen ilustrativa. Consulta productos incluidos en la promoción
Ecocentro se reserva el derecho de anular la promoción sin previo aviso.

ABRIL-24

Lunes, 1 de abril de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 10º meditación " el pensamiento positivo y su base espiritual" Ofrecido por ADASEC. Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas: 683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>

Sábado, 6 de abril de 2024

Sala Ágape

-18:00. CG.894. Conferencia Gratuita. La relación más importante en el Universo.

Info y Reservas:722532237/ pi@ecocentro.es

Lunes, 8 de abril de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 11º meditación "la fuerza de voluntad" Ofrecido por ADASEC. Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas: 683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>

Miércoles, 10 de abril de 2024

Sala Ágape

-18:00. T.246. Conferencia Gratuita. Charla: PROBACIÓN DISCIPULADO, INICICIÓN (I)""
Introducción al estudio de la Enseñanza Jerárquica en Alice Anne Bailey.

Info y Reservas://

Lunes, 15 de abril de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 12º meditación "el crecimiento consciente". Ofrecido por ADASEC. Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas:683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>

Lunes, 22 de abril de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita 13º meditación "las enseñanzas de nuestro Ser". Ofrecido por ADASEC. Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas:683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>

Martes, 23 de abril de 2024

Sala Ágape

-18:00. T.246. Conferencia Gratuita. Reunión de Meditación del Plenilunio de Tauro. Segunda Festividad Mayor del año WESAK."

Introducción al estudio de la Enseñanza Jerárquica en Alice Anne Bailey.

Info y Reservas://

Lunes, 29 de abril de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita 14º meditación "las enseñanzas del maestro Devaran". Ofrecido por ADASEC. Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas:683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>



ecocentro

bio vegetariano con alma

ACTIVIDADES GRATUITAS

MAYO-24

Lunes, 6 de mayo de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 15º meditación "creando universos diferentes". Ofrecido por ADASEC. Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas: 683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>

Martes, 7 de mayo de 2024

Sala Ágape

-19:15. CG.134. Conferencia Gratuita. Registros Akásicos una potente Herramienta para los padres . Imparte: Mª José Trillo. Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International.

Info y Reservas: 696 078 626/mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

Jueves, 9 de mayo de 2024

Sala Ágape

-18:00. T.246. Conferencia Gratuita. Charla: El Problema de las Minorías en el libro Los Problemas de la Humanidad(I) Introducción al estudio de la Enseñanza Jerárquica en Alice Anne Bailey.

Info y Reservas://

Lunes, 13 de mayo de 2024

Sala Orión

-20:00. E.834. Conferencia Gratuita. 16º meditación "la gratitud". Ofrecido por ADASEC. Meditación: Dirigiendo los afectos. ADASEC net.

Info y Reservas: 683 407 410/ gonzalez60@hotmail.es / <https://adasec.net/ong>

Martes, 14 de mayo de 2024

Sala Ágape

-19:15. CG.134. Conferencia Gratuita. Registros Akáshicos una potente Herramienta para los padres . Imparte: Mª José Trillo. Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International.

Info y Reservas: 696 078 626 mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

Snatam Kaur

Heartflow Gira 2024

25.04.24
20:00 h
Madrid

Gran Teatro Caixabank
Príncipe Pío, Madrid

Entradas: laestacion.com
Organiza: Avagar Yoga y Salud

Más info:





ecocentro
Bio-vegetariano con alma

Consulta de Nutrición Celular y Medicina del Alma con Dr. José Colastra

Mi consulta consiste en la realización de un escáner con la ultrasensible Cámara BioWell, la cual me permite obtener una información muy valiosa y precisa acerca de la homeostasis bioenergética de mis consultantes.

El escáner se realiza por medio de la captura (fotografías digitales) de las imágenes de la energía sutil (fotones) emitidas por las yemas de los dedos de las manos, las cuales tras su análisis en el ordenador con un potente y sofisticado software, me permiten proporcionar al consultante, un exhaustivo informe de 14 páginas con los resultados de dicho escáner, y también, y lo que es más importante..., la elaboración de un Programa de Tratamiento Personalizado, con las recomendaciones más adecuadas de Nutrición Celular y Medicina del Alma, para promover una sustancial mejora de la homeostasis bioenergética del interesado, y que este pueda alcanzar con ello un estado de salud más holístico y satisfactorio”

*Haz tu
consulta*



Contacto



www.josecolastra.com



josecolastra@hotmail.com



+52 55 7894 0342



ecocentro

bio vegetariano con alma

CLASES

C.124. Escuela de Música con Corazón

De lunes a jueves, consultar cursos y horarios en www.musicaconcorazon.com - Sala Ecosofía.

De Septiembre a Junio.

Más información: 644 415 452

info@musicaconcorazon.com www.musicaconcorazon.com

C.125. Pilates. Kanoko Tamura.

Pilates es una técnica de acondicionamiento físico que busca una relación inteligente con nuestro propio cuerpo. Usando el centro del cuerpo (core) como punto de partida buscamos un entrenamiento integral del cuerpo. Imparte: Kanoko Tamura.

Miércoles y Viernes 10:30-11:30- Sala Ecosofía.

Más información: 653 902 253 hellopilates@live.com www.hellopilates.net

C.164. Clases de Idioma Farsi. Centro Persépolis.

Lunes 18:00/ Martes 15:30- Sala Orión.

Más información: 610 300 881

persepolis@centropersepolis.com

C.192. Clases. Clase de HATHA YOGA Yoga Jay

Lunes, 20:15- Sala Ecosofía

Martes y Jueves 11:00 - Sala Ecosofía

Info y Reservas: 915 535 502/ eco@ecocentro.es / <https://ecocentro.es/producto/clases-de-yoga-con-jay/>

C.157. Clases. Aula de música con corazón, con Marisa Pérez. MCC.

Info y Reservas: 644 415 452/ info@musicaconcorazon.com/www.musicaconcorazon.com



Descubre la nueva

GALLETA DE ESPELTA

CON CHIPS DE CHOCOLATE Y NARANJA



¡Disfruta de un nuevo sabor!
El toque cítrico de la naranja
y el irresistible sabor del
chocolate en un solo bocado.
Naranja y chocolate,
¡la combinación perfecta!





ecocentro

bio vegetariano con alma

TALLERES

ABRIL-24

Viernes, 5 de abril de 2024

Sala Ecosofía

-17:00. T.638. Taller. Encuentros Conscientes. Con Raquel y Aitana Leralta, coordinan: Samantha Catala y Luna Roca.

-Raquel: <https://www.instagram.com/raquelcoach>

-Aitana Leralta: <https://www.instagram.com/aitana.leralta>

Info y Reservas:691 653 959/ samantha.catala@gmail.com

Lunes, 8 de abril de 2024

Sala Ágape

-19:00. T.693. Taller. Taller de Pranayamas y meditación. con Swami Jaataveba.

Info y Reservas: 616 483 401/ jesica.tirado@artofliving.es / www.artofliving.com

Sábado, 13 de abril de 2024

Sala Orión

-10:00. T.678. Taller. Geobiología: Estudios y formaciones en Geobiología científica .Christophe Lainé
GEOBALEARES /Christophe Lainé

Info y Reservas:628 374 365/ geobaleares@gmail.com / WWW.GEOBIOS.COM

Domingo, 14 de abril de 2024

Sala Orión

-10:00. T.678. Taller. Geobiología: Estudios y formaciones en Geobiología científica .Christophe Lainé
GEOBALEARES /Christophe Lainé

Info y Reservas:628 374 365/ geobaleares@gmail.com / WWW.GEOBIOS.COM

Miércoles, 17 de abril de 2024

Sala Ágape

-18:00. T.655. Taller. TALLER: Iniciación a la meditación Sahaja.

La meditación de Sahaja Yoga, desarrollada por Shri Mataji Nirmala Devi, activa la energía Kundalini, que sube espontáneamente hasta nuestro cerebro, facilitando alcanzar el estado de silencio mental, lo que nos permitirá llegar a ser conscientes de nuestro verdadero Ser.

Ven y experimentalo.a.

Info y Reservas:691 017 600/ jsuerop@yahoo.es

Miércoles, 24 de abril de 2024

Sala Ágape

-18:00. T.687. Taller. Taller Analisis Facial. Glow & Go. Consigue una piel luminosa y sin manchas en 5 pasos de
ELEVEN OBI

Glow & Go. Consigue una piel luminosa y sin manchas en 5 pasos

Info y Reservas:690 334 737/ eco@ecocentro.es / www.ecocentro.es

MAYO-24

Sábado, 4 de mayo de 2024

Sala Ecosofía

-10:00. S.818. Taller. Seminario "Patología de la piel".

Info y Reservas:658 032 710/ javier.lafuente@fundaciongrupo21.com

Sábado, 11 de mayo de 2024 y Domingo 12 de mayo de 2024

Sala Ecosofía

-10:00. T.640. Taller. Taller: Constelaciones Familiares. Con Paloma Crisóstomo

¿Cómo trabajar los conflictos no resueltos en nuestro sistema familiar? ¿Cuáles son las leyes emocionales que actúan en nuestra vida?

Info y Reservas:696 692 077// www.constelacionesfamiliares-paloma.com

Sala Orión

-10:00. T.688. Taller. Curso de Testajes kinésicos y Cuánticos

Info y Reservas:680399461 / susanaterapiasintegrales@gmail.com



ecocentro

bio vegetariano con alma

ABRIL-24

Viernes, 5 de abril de 2024

Sala Orión

-16:00. S.820. Seminario. Seminario de COSMETICA Y SUPLEMENTACION NATURAL

Info y Reservas:647 771 437/ guadinha@hotmail.com

Sábado, 13 de abril de 2024

Sala Ecosofía

-10:00. S.134. Seminario. Taller de Registros Akáshicos Nivel 1 (ARCI)

La lectura de Registros Akáshicos es una técnica que permite ver en el libro de la vida o en los Registros Akáshicos de la persona que desea utilizar este tipo de herramienta, con la intención de sanar traumas, conflictos o comprender su vida actual para poder seguir adelante con más sabiduría. En estas sesiones, pasado (pueden ser otras vidas), presente o futuro convergen para orientar a la persona.

Es un sistema terapéutico de acceso rápido al fondo del problema. Muy efectivo en bloqueos y conductas repetitivas.

Imparte: M^a José Trillo.

Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International.

Info y Reservas:696 078 626/ mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

Domingo, 14 de abril de 2024

Sala Ecosofía

-10:00. S.134. Seminario. Taller de Registros Akáshicos Nivel 1 (ARCI)

La lectura de Registros Akáshicos es una técnica que permite ver en el libro de la vida o en los Registros Akáshicos de la persona que desea utilizar este tipo de herramienta, con la intención de sanar traumas, conflictos o comprender su vida actual para poder seguir adelante con más sabiduría. En estas sesiones, pasado (pueden ser otras vidas), presente o futuro convergen para orientar a la persona.

Es un sistema terapéutico de acceso rápido al fondo del problema. Muy efectivo en bloqueos y conductas repetitivas.

Imparte: M^a José Trillo.

Psicoterapeuta y Maestra de Registros Akáshicos certificada por Akashic Record Consultants International .

Info y Reservas :696 078 626/ mjtrillo@cop.es / www.mariajosetrillo.com

Viernes, 19 de abril de 2024

Sala Ecosofía

-12:00. S.769. Seminario. IGEME (Instituto Gordon de Educación Musical de España)Formación: Certificación de profesor en la primera infancia. Metodología de la Escuela de Música con Corazón. Porf. Marisa Pérez

Info y Reservas:915 535 502 / info@musicaconcorazon.com / www.musicaconcorazon.com

Sábado, 20 de abril de 2024

Sala Ecosofía

-10:00. S.769. Seminario. IGEME (Instituto Gordon de Educación Musical de España)Formación: Certificación de profesor en la primera infancia. Metodología de la Escuela de Música con Corazón. Porf. Marisa Pérez

Info y Reservas:915 535 502 / info@musicaconcorazon.com / www.musicaconcorazon.com

Domingo, 21 de abril de 2024

Sala Ecosofía

-10:00. S.769. Seminario. IGEME (Instituto Gordon de Educación Musical de España)Formación: Certificación de profesor en la primera infancia. Metodología de la Escuela de Música con Corazón. Prof. Marisa Pérez

Info y Reservas:915 535 502/ info@musicaconcorazon.com / www.musicaconcorazon.com

Viernes, 26 de abril de 2024

Sala Orión

-15:46. S.820. Seminario. Seminario de COSMETICA Y SUPLEMENTACION NATURAL

Info y Reservas:647771437/guadinha@hotmail.com/



ecocentro
bio vegetariano con alma

ABRIL-24

Sábado, 6 de abril de 2024

Sala Ecosofía

- 9:30. E.388. Evento. Simposium. Naves recuperadas, el secreto mejor guardado. con Enrique de Vicente. Más allá de los OVNIS: los poderosos motivos y estructura organizativa de la mayor conspiración de la historia. Con Enrique de Vicente.
Info y Reservas:696 508 366 / haroreris@yahoo.es

Viernes, 12 de abril de 2024

Sala Ágape

-18:30. E.395. Evento. Presentación del libro "Cloniverso: El viaje interior de una mujer en autocaravana" Info y Reservas:649 843 331/ info@cloniverso.com / www.cloniverso.com

Jueves, 18 de abril de 2024

Sala Ágape

-19:00. E.394. Evento. Concierto de Música para el Alma con Atma & Dharma en Madrid. Un concierto íntimo para tomar una pausa, soltar el estrés acumulado en el día a día y elevar nuestro espíritu a través de cantos que nos tocan el corazón y antiguos mantras que expanden nuestra consciencia. Precio de la entrada: 20€. reserva en whatsapp 616873964. imprescindible reservar.
Coordina: Atma Rajni* Irene Sales Pardo ; irene.salespardo@gmail.com
Info y Reservas: 616 873 964

JUNIO-24

Sábado, 1 de junio de 2024

Sala Ecosofía

- 9:00. E.373. Evento. Jornadas de Conciencia Conciencia. Visias guiadas, por el interior de ti. Coord. Gastón.- Fidel Delgado Imparte: Fidel Delgado. Titiripeuta. autor de varios libros. Entre ellos: "Saber cuidarse para poder cuidar"; "Lucidez aplicada al vivir" etc. <https://www.fideldelgado.com.es/eventos>
Info y Reservas: 687 638 788/ contacto@concienciaconciencia.com / www.concienciaconciencia.com

gratuita Solicita tu
TARJETA JOVEN.



Tarjeta de Cliente
EcoCentro
Descuentos exclusivos



ecocentro
bio vegetariano con alma
desde 1993 **30** años

CONCIERTO MEDITATIVO SOLO PIANO

Viernes 26 de abril 19:00h

Sala Ecosofía

Entrada anticipada 8€
(hasta el 21 de abril)

Entrada 10€
Disponibles en:
ecocentro.es/tienda

Gustavo Varela

Composiciones de Ludovico Einaudi, Max Richter, Hans Zimmer, Philip Glass, Nils Frahm, Yann Tiersen, Chilly Gonzales.



915 535 502
690 334 737



ecocentro:
C/ Esquilache 2-12,
28003 Madrid



www.ecocentro.es



eco@ecocentro.es

Retiro de Yoga, Meditación, Astrología y Registros Akhásicos.

Expresa tu luz interior con
César Sanz y Cristina Durán.

FECHAS

Del viernes 31 de mayo a las 17:00h
al domingo 2 de junio a las 16.00h.

QUIÉN ORGANIZA ESTE RETIRO

César Sanz: Profesor de Hatha Yoga, Astrólogo y lector de Registros Akhásicos, con una dilatada experiencia desde los años 80.

Cristina Durán: Mentora de Mindfulness y desarrollo personal. Abogada. Autora de : "La abogada que meditó y se hizo rica".

APORTACIÓN POR PERSONA

Por persona en régimen de pensión completa con menú bio-vegetariano.

- 240e.-En habitación compartida.
- 40e.-Suplemento por habitación individual abuhardillada.
- +60e.-Suplemento por cada día adicional de estancia

NOTAS

- Si te es posible, preferimos las comunicaciones escritas por correo electrónico o wasap.
- Política de cancelaciones. Sólo se devuelve la reserva si se cancela con más de un mes de antelación, con menos de un mes queda perdida.
- La plaza sólo queda confirmada con el pago de la reserva.



ecocentro

**La Hospedería
del Silencio**



CONTACTO
650 484 928
Sofía Delgado



La Hospedería del Silencio
Paseo de las Cañadas S/N,
10493 Robledillo de la Vera,
Cáceres



Sistema MindPower
RESERVAS EN:
www.hospederiadelsilencio.com
hpd@ecocentro.es



Sistema MindPower

La Hospedería del Silencio



ecocentro

bio vegetariano con alma

desde 1993 **30**



Comarca de la Vera
Sierra de Gredos

VACACIONES CON SOSIEGO Y BELLEZA

Cabaña para 2p, desde 84e/n

Cabaña para 4p, suplemento 40e/n

Estancia mínima: 2n

Opción desayuno: 8e/d por persona

A 2h de Madrid y 3,5h de Sevilla

Cabañas confortables y equipadas

Vistas únicas, gargantas y entorno espectaculares



650 484 928



La Hospedería del Silencio
Paseo de las Cañadas S/N,
10493 Robledillo de la Vera,
Cáceres



www.hospederiadelsilenico.com



hpd@ecocentro.es

La Hospedería del Silencio



El lugar perfecto para hacer tus talleres

Desde La Hospedería del Silencio seguimos trabajando con nuevos planes y proyectos para fomentar el desarrollo personal, la expansión de la consciencia y el respeto hacia los demás y el entorno.

Estamos organizando la agenda de este año y nos encantaría contar contigo en nuestro calendario de actividades.

Ecocentro te ofrece una amplia difusión para tus talleres: a través de la web de La Hospedería y de Ecocentro, boletín digital compartido, carteles en los tabloneros de anuncios de Ecocentro y Agenda digital mensual y descuento en contratación de publicidad adicional.

También, posibilidad de impartir una conferencia gratuita en Ecocentro sobre el contenido del retiro o taller en la Hospedería.

Contacta con nosotros para consultar fechas disponibles y reservar espacio



ecocentro

**La Hospedería
del Silencio**

Información: Sofía Delgado

✉ sd@ecocentro.es



650 484 928



La Hospedería del Silencio
Paseo de las Cañadas S/N, 10493
Robledillo de la Vera, Cáceres



www.hospederiadelsilenico.com





ecocentro

bio vegetariano con alma

EVENTOS GRATUITOS

ABRIL-24

Martes, 9 de abril de 2024

Sala Ecosofía

-20:16. EG.166. Evento Gratuito. Reset colectivo. Equipo Suzanne Powell.

Info y Reservas:649 028 505/ pmzapico@gmail.com

Sala Orión

-19:30 EG.182. Evento Gratuito. En búsqueda de la felicidad perdida. Antonio Romero

Taller gratuito "EN BUSCA DE LA FELICIDAD PERDIDA"

En todo momento todos buscamos, de una u otra manera, alcanzar la felicidad ¿Es posible? ¿De quién o de qué depende?

En este Taller, a través de diálogos, ejercicios prácticos, audiciones de música inspirada, meditaciones, etc, investigaremos cómo vivir más satisfactoriamente nuestras relaciones con los demás y, lo que es más importante, con nosotros mismos; cómo superar los obstáculos a tu crecimiento natural y así vivir de forma plena y positiva tu día a día. En definitiva, cómo avanzar decididamente hacia el sentimiento real de Plenitud y Felicidad al buscar dentro de uno mismo lo que inútilmente estábamos buscando en el exterior. Sesiones quincenales. Los martes de 19:30 a 20:45 Inicio el 26 de septiembre de 2023

Acompaña Antonio Romero (Empresario y formador de directivos. Meditador desde hace años con la guía de varios maestros espirituales)

Info y Reservas:/ enbuscadelafelicidaduna@gmail.com

Martes, 23 de abril de 2024

Sala Ecosofía

-20:16. EG.166. Evento Gratuito. Reset colectivo. Equipo Suzanne Powell.

Info y Reservas:649 028 505/ pmzapico@gmail.com

Sala Orión

-19:30 EG.182. Evento Gratuito. En búsqueda de la felicidad perdida. Antonio Romero.

Taller gratuito "EN BUSCA DE LA FELICIDAD PERDIDA"

En todo momento todos buscamos, de una u otra manera, alcanzar la felicidad ¿Es posible? ¿De quién o de qué depende?

En este Taller, a través de diálogos, ejercicios prácticos, audiciones de música inspirada, meditaciones, etc, investigaremos cómo vivir más satisfactoriamente nuestras relaciones con los demás y, lo que es más importante, con nosotros mismos; cómo superar los obstáculos a tu crecimiento natural y así vivir de forma plena y positiva tu día a día. En definitiva, cómo avanzar decididamente hacia el sentimiento real de Plenitud y Felicidad al buscar dentro de uno mismo lo que inútilmente estábamos buscando en el exterior. Sesiones quincenales. Los martes de 19:30 a 20:45 Inicio el 26 de septiembre de 2023

Acompaña Antonio Romero (Empresario y formador de directivos. Meditador desde hace años con la guía de varios maestros espirituales)

Info y Reservas:/ enbuscadelafelicidaduna@gmail.com

Jueves, 25 de abril de 2024

Sala Ágape

-19:30. EG.203. Evento Gratuito. Conferencia Presentación de salud visual.

Info y Reservas:682 118 308/ b.pieperb@rcointernational.com

Sábado, 27 de abril de 2024

Sala Ágape

-19:00. EG.202. Evento Gratuito. Presentación del libro "Campos de Energía, Alma Espiritu y Conciencia"

Info y Reservas:615 048 154 / rosavaleroaguado@hotmail.com

MAYO-24

Viernes, 8 de marzo de 2024

Sala Ágape

-18:30. EG.200. Evento Gratuito. Taller Gratuito "Meditación y Energética"

2024: Aplicaciones en la actualidad de conocimientos universales.

Info y Reservas: 650687543 / lolavazque31@gmail.com

Domingo, 10 de marzo de 2024

Sala Ágape

-18:30. EG.199. Evento Gratuito. Presentación de documental "INVISIBILI IIªParte"

Info y Reservas:626 014 388/ manuelqm@proton.me

TALLER PRESENCIAL Y EN LÍNEA

Emilio Carrillo



ecocentro
bio vegetariano con alma

La Academia de la Consciencia
JUNIO 2024

Sábado 8 de junio

ES HORA DE DESVELAR EL HONDO SIGNIFICADO DE LO QUE LLAMAMOS "TIEMPO"

Su presencia en nuestras vidas, tiempo material y espiritual y comprensión de los signos de los tiempos que anuncian ya la nueva humanidad.

Aportación

10€: en línea

25€: presencial

Horario

18:00 -20:00 Parte I: Exposición

20:00 -20:15 Descanso

20:15 - 21:15 Parte II: coloquio

El taller será tanto presencial en EcoCentro Madrid como en línea a través de ecosofiadigital.ecocentro.es

Será grabado y se ofrecerá una copia a las personas inscritas.

Contacto

Eva Guerra

eg@ecocentro.es

ecocentro

C/ Esquilache 2-12,

28003 Madrid

+ Info y reservas

www.laacademiadelaconsciencia.es

Seminarios residenciales

La Academia de la Consciencia AGOSTO 2024

Del lunes 05 a las 18.30h
al sábado 10 de agosto a las 16.00h.

Escuela de Verano

Este Retiro de verano tiene un formato especial, pues se ha diseñado como Curso de Consciencia no sobre una temática predeterminada, sino en torno a los asuntos y preguntas que sean del interés de los propios participantes y que estos planteen al inicio del encuentro para su análisis a lo largo del mismo.

APORTACIÓN

Por persona con pensión completa con menú bio-vegetariano.

- 585€ En habitación o cabaña compartida.
- - 50€ Descuento por habitación compartida 2*
- +170€ Suplemento por habitación individual. 2*
- + 70€ Suplemento por cada día adicional de estancia.

Reserva tu plaza con el pago de 200€ aquí: hospederiadelsilencio.com
La plaza solo queda confirmada con el pago de la reserva.
El resto en efectivo al inicio del retiro.

CONTACTO

La Hospedería del Silencio.
Sierra Sur de Gredos.
Robledillo de la Vera, Cáceres.

laac@ecocentro.es
915 535 502 / 650 484 928
+ Info: laacademiadelaconsciencia.es



ecocentro
bio vegetariano con alma

DESDE 1993 **30** años
de vida

*Emilio Carrillo
y Lola Rumi*





ecocentro
bio vegetariano con alma
 desde 1993 **30** años

SALAS

**TARIFA DE ALQUILER PARA
 EVENTOS Y ACTIVIDADES**

Ecosofía

Grande
80 personas

350€
220€
165€
85€
130€

Orión

Pequeña
15 personas

280€
180€
140€
65€
80€

Fin de semana completo
 Sábado o Domingo
 Día completo de lunes a viernes
 Mañanas de lunes a viernes
 Tardes de lunes a viernes

Precio por hora disponible de lunes a viernes desde las 18h:

50€
45€
35€

35€
30€
25€

1 hora
2 horas
+ de 2 horas

Bonos. Alquiler para consultas privadas por horas:

100€
130€
140€

Bono de 4 sesiones de 1h. Validez 4 meses.
 Bono de 6 sesiones de 1h. Validez 6 meses.
 Bono de 10 sesiones de 1h. Validez 8 meses.

Si deseas impartir seminarios, clases, consultas, realizar celebraciones privadas, eventos públicos, de empresa o si tienes algo que compartir, podrás hacerlo en nuestras salas, cómodas y espaciosas, con material técnico (pizarra, proyector, sistema de sonido, etc.)

Agape

Mediana
30 personas

50€

1 hora
 Disponible todos los días de 18h a 21h.
 Consulta disponibilidad en otros horarios.

**IVA no incluido en los precios.
 Anulación con 15 días de antelación, en
 caso contrario no se devuelve la señal.**



915 535 502
690 334 737



ecocentro:
 C/ Esquilache 2-12,
 28003 Madrid



www.ecocentro.es
 mj@ecocentro.es



ecocentro
bio vegetariano con alma

Encuentro La Revolución de la Consciencia frente al Nuevo Orden Mundial

CON

Emilio Carrillo y Enrique de Vicente

SÁBADO 16 DE NOVIEMBRE 2024



Programa: Sesión mañana

10:30h: Presentación

10:45h: Enrique de Vicente

Raíces ocultas del Nuevo Orden Mundial:

El evolutivamente necesario avance hacia la unidad planetaria y su manipulación por las fuerzas oscuras.

11:45h: Emilio Carrillo

Plan de acción de la élite tras la Cumbre del Futuro y próximos shocks y crisis globales:

El mapa-guía hacia el nuevo orden mundial y el uso de grandes eventos distópicos, de pandemias a guerras.

12:45h: Descanso

13:00h: Mesa Redonda

Emilio Carrillo y Enrique de Vicente

14:00h: Cierre

Sesión tarde

17:30h: Presentación

17:45h: Enrique de Vicente

El Fin de los Tiempos y el ascenso al Quinto Reino:

Profecías y revelaciones espirituales sobre nuestro tiempo.

18:45h: Emilio Carrillo

Implantes que te han insertado para que aceptes lo que viene: conócelos y elimínalos.

Prácticas de vida para que la convivencia con el sistema no sea connivencia.

19:45h: Descanso

20:00h: Mesa Redonda

Emilio Carrillo y Enrique de Vicente

21:00h: Cierre

ENTRADAS

Presencial y online
www.ecocentro.es

20€ Sesión mañana

20€ Sesión tarde

30€ Día completo

20€ Online el día y diferido

Emilio Carrillo:

Escritor y conferenciante centrado en la expansión de la consciencia y Directos de la Academia de la Consciencia y del Proyecto de Investigación Consciencia y Sociedad Distópica

Enrique de Vicente:

Periodista e investigador. Fundó y dirigió durante 26 años la revista "Año Cero". Es presidente de la Sociedad Española de Parapsicología, youtuber y comentarista en los programas de tv "Cuarto Milenio" y "Horizonte"

☎ 915 535 502
☎ 690 334 737



Colegio Calasancio
c/Conde Peñalver, 51
28006, Madrid



www.ecocentro.es



eg@ecocentro.es

Supermercado ecológico

Cosmética Natural
Certificada



Alimentación
bio vegetariana



Fruta y verdura
ecológica



Herbolario



Bazar,
comercio justo





ecocentro

bio vegetariano con alma

La Hospedería del Silencio se creó a partir de la necesidad de muchas personas de encontrar un lugar en el que poder pasar un retiro en la naturaleza, teniendo en cuenta el respeto hacia los demás y hacia el entorno.

Hotel rural ubicado en una loma solitaria de la Sierra de Gredos (norte de Cáceres) a dos horas de Madrid, en una zona privilegiada, con naturaleza virgen, frondosos bosques, gargantas de abundantes aguas cristalinas y un micro-clima especialmente benigno.

La finca hotel rural se creó a partir de la necesidad de muchas personas de encontrar un lugar en el que poder pasar un retiro en la naturaleza, teniendo en cuenta el respeto hacia los demás y hacia el entorno.

La finca cuenta con capacidad para albergar hasta 80 personas en cabañas rústicas de una o dos habitaciones (individuales o dobles) con baño, cocina, salón-comedor, terraza y jardín. También dispone de comedor bio-vegetariano, sala de actividades y piscina.

Enmarcada en un enclave privilegiado, La finca hotel rural ofrece a familias o grupos de amigos alojamientos independientes, para que puedas descansar y disfrutar de la naturaleza con un montón de actividades disponibles al aire libre.

Nuestro hotel rural te ofrece excelentes vistas, dispone de jardín y aparcamiento individual, formando un conjunto rural incomparable.

Está diseñada con un exterior tradicional y un interior amplio y agradable, fabricado con materiales rústicos y dotada de todas las comodidades posibles.

¡Disfruta de una estancia relajada en un marco incomparable y alejado del estrés de la ciudad!

INFORMACIÓN DE RETIROS. [PINCHA AQUÍ](#)



H.01.- Retiro de Silencio con Daniela Schifferstein.

H.02.- Retiro de autoindagación y silencio escuela yo soy tu mismo. Con Ernesto León.

H.03.- Salud Ayurveda y Detox primavera. Con Violeta Arribas.

H.04.- Medicina del alma. Siente y Sana tu Cuerpo Físico. Con José Colastra.

H.05.- La Sabiduría de Jesús de Nazaret: el significado de su dimensión crística. Con Emilio Carrillo y Lola Rumi.

H.06.- Retiro Vipassana en Mayo. Con Lobsang Zopa

H.07.- Retiro de yoga y ayurveda "cómo sanar tu vida". Con Pablo Ferrero.

H.08.- Retiro creativo de Mujeres con Sandra Bernardo. Movimiento vital & dirección. Con Sandra Bernardo.

H.09.- Retiro de primavera: abriendo los ojos del corazón. Con Gabriela Heredia.

H.10.- Medicina del alma. Siente y Sana tu Cuerpo Físico. Con José Colastra.

H.01.- Retiro de Silencio con Daniela Schifferstein.

Fechas: del j04abr al d07abr

Info y reserva: hpd@ecocentro.es

H.02.- Retiro de autoindagación y silencio escuela yo soy tu mismo. Con Ernesto León.

Fechas: del j11abr al d14abr

Info y reserva: hola@yosoytumismo.com

H.03.- Salud Ayurveda y Detox primavera. Con Violeta Arribas.

Fechas: del v19abr al d21abr

Info y reserva: violeta@padmasanacenter.com o 620 325 071

H.04.- Medicina del alma. Siente y Sana tu Cuerpo Físico. Con José Colastra.

Fechas: del v19abr al d21abr

Info y reserva: 650 484 928 hpd@ecocentro.es

H.05.- La Sabiduría de Jesús de Nazaret: el significado de su dimensión crística. Con Emilio Carrillo y Lola Rumi.

Fechas: del v26abr al d28abr

Info y reserva: 650 484 928 hpd@ecocentro.es

H.06.- Retiro Vipassana en Mayo. Con Lobsang Zopa

Fechas: del l29abr al d05may

Info y reserva: 650 484 928 hpd@ecocentro.es

H.07.- Retiro de yoga y ayurveda "cómo sanar tu vida". Con Pablo Ferrero.

Fechas: del x01may al d05may

Info y reserva: 622 48 04 21 info@matrikayoga.com

H.08.- Retiro creativo de Mujeres con Sandra Bernardo. Movimiento vital & dirección. Con Sandra Bernardo.

Fechas: del v10may al d12may

Info y reserva: <https://www.sandra-bernardo.com/retiro-primavera-2024>

H.09.- Retiro de primavera: abriendo los ojos del corazón. Con Gabriela Heredia.

Fechas: del v10may al d12may

Info y reserva: 616 031 529 gh@ecocentro.es

H.10.- Medicina del alma. Siente y Sana tu Cuerpo Físico. Con José Colastra.

Fechas: del v17may al d19may

Info y reserva: 650 484 928 hpd@ecocentro.es

En Ecocentro queremos compartir contigo las recetas elaboradas por nuestro chef ejecutivo, José Romero. Además de degustar los platos más ricos y sabrosos en nuestros restaurantes, puedes animarte a prepararlos tú mismo en casa. Con estas recetas, unidas a los trucos y consejos que te ofrecemos, y a tu criterio y creatividad, podrás sorprender a todos en la mesa. ¡No habrá plato que se te resista!



MOUSSE VEGANO DE MANGO CON FRUTOS ROJOS

Ingredientes.:

Puré de mango, frutos rojos, nata de soja, agar-agar, chocolate negro, fructosa, especias.

Procedimiento:

1.-Preparamos la sopa de frutos rojos vaciando sobre una olla los frutos rojos, añadiendo una rama de albahaca y otra de hierbabuena. Añadimos para la medida (2,5k) de fruta, 200g de fructosa. Una vez que toma calor de temperatura 30-35 grados, retiramos del fuego los frutos

rojos, los colamos

2.-El colado obtenido junto con las hierbas los llevamos al fuego nuevamente.

3.-Retiramos las hierbas, una vez que hierva, medimos la cantidad de líquido obtenido y añadimos agar-agar, 3g/litro de líquido, esperamos de cueza entre 5 y 6 minutos, retiramos del fuego, enfriamos a temperatura ambiente

4.-Añadimos los frutos rojos separados anteriormente y lo enfriamos en la batidora para que no se cuezan demasiado.

5.-Mousse vegano: Montamos a lo que se pueda la nata de soja y la fructosa, añadimos la mitad de la pulpa de mango.

6.-La otra mitad la colocamos en el fuego y añadimos el agar-agar, 6g/litro.

7.-Una vez que haya hervido entre 5 y 6 minutos a modo de hilo lo vertimos en la mezcla anterior de nata y pulpa.

8.-Colocamos en un molde de fácil manejo y dejamos reposar en la nevera.

9.-Diluimos chocolate puro en baño-maría con un 20% de nata de soja.

Elaboración En un plato hondo grande, colocamos como base las sopa de frutos rojos, en el centro del mismo un molde con la mousse de mango. Lo bañamos del chocolate que estará templado y las virutas de chocolate.

Para terminar podemos espolvorear cacao en polvo y melaza sobre los bordes del plato, añadir unos frutos rojos y una barrita de chocolate fina.

Sobre el Mango Fruta carnosa, dulce y nutritiva, originaria de la India, se cultiva en climas cálidos. Rica en hidratos de carbono, vitaminas A y C, grupo B, E, K y en minerales como: hierro, potasio, calcio, fósforo, iodo, zinc, selenio y magnesio, por esto es un gran aliado en casos de anemia y debilidad. Rica también en fibra, previene el estreñimiento. Tiene además, una enzima similar a la papaya que ayuda en las digestiones. Tiene propiedades diuréticas, antioxidantes y anticancerígenas, por su contener ácido málico y mirístico y flavonoides como la quercitina. Ayuda a bajar la tensión y regular el colesterol. Es antibacteriano y antiviral, antiinflamatorio y expectorante. Se puede consumir fresco, en zumos, batidos, helados mousses y toda variedad de postres.

Propiedades nutritivas Agar-Agar Proveniente del Alga Gelidium, originaria de los mares del Sur de África, tiene propiedades que ayudan a bajar el colesterol, depurar el organismo y alcalinizar la sangre. Tiene algo contenido en probióticos, sodio, potasio, calcio, yodo y magnesio.

En cocina se utiliza para hacer gelatinas, sopas y como espesante en diferentes platos, se debe hervir durante 10 min para evitar que haga grumos..

Tiene propiedades antibacterianas.



ecocentro

SESIONES GRUPALES DE MEDITACIÓN

TODOS LOS LUNES
19:30 - 20:30
ONLINE
19,95 € / mes

Con Gabriela Heredia, profesora de la Escuela de meditación Ecocentro. *“Para mí la vida es la gran maestra, y si hemos aprendido, las equivocaciones habrán cumplido su propósito. He conocido el arte de meditar en varias de sus formas y ésta me ha ayudado a saludarme, a encontrarme y a reconocermme. A mirar donde antes no había mirado. A estar y a ser al mismo tiempo. Una mirada amable a mi jardín interior en el que crecen, florecen y dan frutos, a su ritmo, los tesoros que todos llevamos dentro.” Gabriela*

**Accede a meditaciones
guiadas de Gabriela**



GRUPO DE PRÁCTICA DE MEDITACIÓN

616 031 529 | gh@ecocentro.es

En marzo y abril



ecocentro
bio vegetariano con alma
desde 1993 **30** años

10 % descuento

*Burguer, nugggets
y escalopas*



BUENOS DESDE EL ORIGEN.



NATURSOY®

- Burguer vegana 0% carne bio 200gr
- Escalopa de queso bio 170gr
- Escalopa de vegana bio 170gr
- Nugggets de queso bio 150gr
- Nugggets de vegano bio 150gr

*Promoción válida durante el mes de marzo y abril de 2024. No acumulable a otras ofertas y/o promociones. Ecocentro se reserva el derecho de cancelar la promoción sin previo aviso.

RETIRO DE VIPASSANA

Con el maestro Lobsang Zopa

Ha sido monje español durante 17 años, ordenado por S.S. el XIV Dalai Lama en Dharamsala, India



Del 29 de abril al 5 de mayo
En la Hospedería del Silencio

Apoyándonos en una mente extremadamente estable y en la capacidad analítica de nuestra propia mente, podemos aprender mucho sobre la realidad. Podremos apaciguar todas las faltas y perturbaciones mentales y, de esta forma, transformar la visión errónea que tenemos de nosotros, de los demás y del mundo que nos rodea, y así encontrarle un propósito a nuestra vida para poder vivirla con verdadero sentido.

CONTACTO

La Hospedería del Silencio.
Sierra sur de Gredos.
Robledillo de la Vera, Cáceres.
Sofía Delgado:
sd@ecocentro.es
+34 650 48 49 28

RESERVA

Reserva tu plaza con el pago de 200€ en la web: www.hospederiadelsilencio.com
La plaza solo queda confirmada con el pago de la reserva. El resto en la Hospedería al inicio del retiro.

APORTACIÓN

Por persona en régimen de persona completa:
680€.- En habitación o cabaña compartida
-60€.- Descuento por habitación compartida 2*
120€.- Suplemento por habitación individual 2*
+60€.- Suplemento por cada día adicional de la estancia





ecocentro
bio vegetariano con alma

**Cantero
de Letur**

Promo
Marzo

10%
DESCUENTO



Yogur de cabra 420g
Yogur de cabra desnatada 420g
Yogur de cabra con vainilla 420g

*PROMOCIÓN VÁLIDA DURANTE EL MES DE MARZO 2024.
Ecocentro se reserva el derecho de eliminar la promoción sin previo aviso.



ecocentro
bio vegetariano con alma

Promo



10%
Descuento



KEFIR CON FRUTAS DEL BOSQUE BIO 2X125GR

KEFIR NATURAL BIO 2X125GR



*Promoción válida del 1/03/24 al 31/03/24

Ecocentro se reserva el derecho de anular la promoción sin previo aviso.



ecocentro

bio vegetariano con alma

Pioneros desde 1993
Madrid | Cáceres | Ibiza | León

- Supermercados ecológicos
- Restaurantes bio-vegetarianos
- La Hospedería del Silencio
- Ecosofía: arte, cultura y solidaridad



Abrimos **todos** los días del año

De 10:00 a 21:00 tiendas
23:00 restaurantes

📍 C/ Esquilache 2-12, 28003 Madrid
☎ 915 535 502 | 690 334 737
✉ eco@ecocentro.es
🌐 www.ecocentro.es

Metro:
● Cuatro Caminos
● Ríos Rosas
● Canal

