JUNIO, 2026

NÚMERO 2

ENTREERAS

HACIA UNA VIDA CONSCIENTE

MEDICINA NATURAL
Agua de Mar y sus aplicaciones

BIOCONSTRUCCIÓN
Elección del terreno

NUEVOS VÍNCULOS
Cómo evitar conflictos vinculares

PROYECTOS EMERGENTES
Barrios Soberanos

ASTROLOGÍA HOY
El retorno del rey



Nostalgia de una vida más simple

Sociedad en Transición

Volver a lo esencial

@ENTREERAS.OK

Índice

junio



06
SOCIEDAD EN TRANSICIÓN
Nostalgia de una vida más simple

08
PROYECTOS EMERGENTES
Barrios Soberanos

12
BIOCONSTRUCCIÓN
El primer paso para construir

15
HUERTO ACTIVO
Huerto en un metro cuadrado

19
MEDICINA NATURAL
Agua de Mar
Beneficios y aplicaciones

23
ALIMENTACIÓN CONSCIENTE
Invierno Ayurvédico

27
NUEVOS VINCULOS
Conflictos en los vínculos

29
ASTROLOGÍA HOY
Júpiter en Leo y la expansión del corazón

31
TIEMPO NATURAL
Conociendo el Sincronario de las 13 Lunas

34
GESTACIÓN Y CRIANZA
Gestar en Tribu

38
MANOS A LA TIERRA
La sabiduría de la ceniza de leña

40
ESPACIO ABIERTO
Invitación a ser parte

Quiénes somos

Somos un espacio editorial que nace para acompañar el cambio de conciencia, integrando nuevas formas de habitar el mundo



María Cecilia Fernández

DIRECTORA Y EDITORA GENERAL

Impulsa este proyecto como un espacio de comunicación con sentido, integrando experiencias, saberes y miradas que acompañan la transición hacia una vida más consciente y coherente.

El equipo que da vida a este espacio



Verónica Jesús

ALIMENTACIÓN CONSCIENTE

Licenciada en Nutrición
Nutricionista Integrativa



Nina Briasco

ASTROLOGÍA DE HOY

Astróloga
Tarot. Meditación. Breathwork



Miriam Bartolomé

BIOCONSTRUCCIÓN

Bioconstructora



María Luján Scaioli

GESTACIÓN Y CRIANZA

Doula. Terapeuta Floral.
Canto medicina



María Valeria Novello

HUERTO ACTIVO
TIEMPO NATURAL

Terapeuta Holística.
Promotora de huerto en casa
y soberanía alimentaria



Amir Hernández Puente

NUEVOS VÍNVULOS

Psicoterapeuta gestáltico y transpersonal.
Constelador Familiar

Pablo M. González

DESARROLLADOR WEB

SEGUINOS EN LAS REDES SOCIALES

@entreeras.ok Entre Eras

Carta del editor



Bienvenidos a
Entre Eras
Hacia una vida consciente

Ya pasamos la emoción y las ganas de la inauguración de la primera edición de ***Entre Eras***. Ahora toca agradecer. No solo al grupo maravilloso de colaboradores que brindaron su valioso aporte para que esto sea posible, sino a la cantidad de mensajes y saludos que transmitieron su sentir al conocer este proyecto.

En lo personal, estoy muy feliz de sentir que este espacio me permite compartir información útil y llegar a quienes puedan estar necesitando, quizás, un empuje para tomar alguna decisión o para modificar acciones cotidianas hacia una vida más en consciencia y natural. Pero, sobre todo, me emociona creer que podemos generar preguntas y dejar caer semillas en cada uno de los lectores.

Gracias a todos. Recibimos palabras hermosas que nos inspiran para seguir adelante en este propósito. Y los invitamos a sumarse a esta comunidad de la manera que cada uno sienta.

María Cecilia Fernández

SECCIÓN

Sociedad en Transición



MARÍA CECILIA FERNANDEZ
@cecifer.ok

Nostalgia de una vida más simple



En una época marcada por la velocidad, las pantallas y la conexión permanente, cada vez más personas sienten una extraña añoranza por tiempos que parecían transcurrir más lento. ¿Extrañamos el pasado o estamos buscando algo que sentimos haber perdido?

Para quienes ya pasamos los cuarenta años, hay recuerdos que aparecen de repente y nos arrancan un suspiro casi nostálgico. Tiempo, vitalidad, encuentros, libertad o el simple disfrute de estar presentes son algunas de las sensaciones que vuelven cuando pienso en otras épocas. Años en los que no vivíamos pendientes de las pantallas ni atravesados por la necesidad de mostrarnos constantemente, correr detrás de ideales impuestos o perseguir metas que, muchas veces, terminan alejándonos de nosotros mismos.

Y no intento idealizar un pasado que también tuvo sus carencias y dificultades, sino proponer que pensemos juntos qué cosas estamos necesitando hoy de ese tiempo lejano para calmar el ritmo cotidiano y volver a generar una conexión. Algo que está siendo una búsqueda para muchos.

Quizás por ese motivo es que estamos reactivando prácticas que, en algún momento, parecían haber quedado atrás: aprender a cocinar el pan desde cero, cultivar nuestros alimentos, generar espacios de silencio, conectar con la naturaleza, encuentros comunitarios, conocer oficios manuales o reunirse con amigos sin necesitar una excusa.

Y detrás de todo esto hay una necesidad más profunda y real, que es la de recuperar experiencias que nos devuelvan la *presencia*.

Quizás no buscamos volver atrás; quizás buscamos volver a nosotros.

Y en tiempos donde la velocidad cotidiana nos pasa por encima, donde todo es urgente y donde nos invade la sensación de tener que estar disponibles todo el día, hay algo que parece escasear: *el tiempo vivido con atención*. Y no hablo de ese tiempo que está siempre lleno de actividades, sino de ese otro tiempo que se estira en una conversación sin fin, en una sobremesa, en una tarde sin obligaciones ni horarios o en el simple placer de hacer algo solo porque tenemos ganas.

Es cierto que cada época tuvo lo suyo. La vida actual nos ofrece muchas posibilidades y herramientas, como las comunicaciones a distancia o la información a la cual podemos acceder casi sin límite.

Pero al mismo tiempo, muchas personas sienten una fatiga generada por la sensación de estar corriendo detrás de algo que nunca termina de alcanzarse.

Entonces, la intención no es volver al pasado sino ver qué pequeñas cosas podríamos recuperar hoy: mirar más el cielo y menos las pantallas, sentarnos a compartir sin apuro, darnos el permiso de aburrirnos un poco o de ir mas lento, caminar sin destino fijo o hacer espacio para el silencio.

Tal vez la nostalgia por una vida más simple no sea un deseo de escapar del presente. Tal vez sea una forma de preguntarnos qué ritmo queremos elegir para habitar nuestros días.



Proyectos emergentes

MARÍA CECILIA FERNANDEZ
@cecifer.ok

Barrios Soberanos



En esta edición abrimos el espacio para hacer visibles proyectos que están emergiendo en resonancia con el nuevo paradigma que muchos comenzamos a vivenciar.

En esta ocasión, el arquitecto ***Emiliano Rossotti*** nos cuenta sobre la idea de hacer un sistema de Barrios Soberanos. Una idea que surgió después del 2020, momento en que mucha gente vibrando en sintonía comenzó a unirse desde la necesidad de comenzar a caminar juntos hacia la realidad que soñaban.

-¿De qué se trata el proyecto de Barrios Soberanos?
-La propuesta es generar un sistema de barrios que no dependa de los profesionales o los gobiernos, donde cualquiera pueda elegir dónde y cómo vivir. Con cinco acuerdos de convivencia claros que permiten que no se sume gente con intenciones que no son afines.

-¿Y cómo sería un barrio soberano?
-Un barrio soberano busca ser un barrio semi abierto porque, a diferencia de un country, no buscamos tener una muralla o una reja perimetral, pero si buscamos, hacia adentro, elegir cómo queremos vivir. Después hay detalles que cada barrio que elegiría.

Entonces es pensarse como una comunidad donde se respete al individuo, y donde también el individuo se sienta parte de un tejido de algo vivo, que sería ese grupo que le da sustento y apoyo.

-¿Cuáles son los cinco acuerdos?
-No fomentar la política partidaria. No seguir ninguna agenda militar impuesta como la 2030. No generar especulación financiera o un negocio. No extremismo religioso. No promover el consumo de drogas.

Y el sexto, que es lo que sí queremos: que se genere un intercambio genuino donde cada uno ofrece lo que tiene en abundancia y toma lo que necesita.

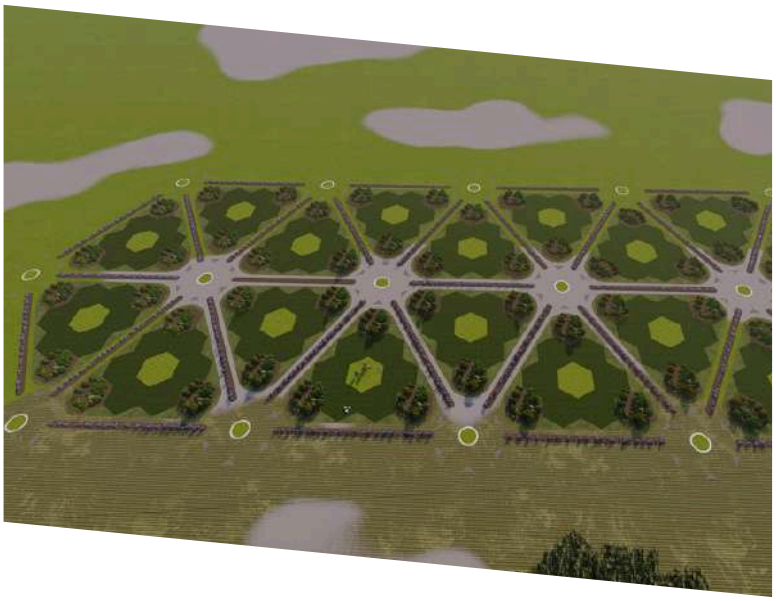
-¿Cuál es la forma de construir esto desde lo legal?
-Bueno, muchos quieren hacerlo con la ley natural y democracia directa, que tiene que ver con la fuente real del derecho, y por la cual somos más que solo ciudadanos y ningún gobierno nos puede coaccionar. Pero el problema es que hoy todavía tenemos que usar una persona jurídica de la ley positiva para no tener problemas.

Y lo que nos parece más en sintonía con nuestras ganas de ir rotando el poder, es hacer una **cooperativa de vivienda y consumo.** Esto permite que se sostenga en el tiempo para hacer compras en conjunto o vender producciones comunitarias y que haya cargos rotativos.

Pero si pudiéramos elegir una *persona jurídica ideal*, sería la de **propiedad comunitaria de la tierra**, que lo piden muchas comunidades originarias y fue un proyecto de ley aprobado, pero no ejecutado. En ese caso, un terreno podría estar a nombre de cien familias y no habría que hacer una cooperativa. Pero por alguna razón, quizás obvia, eso quedó cajoneado.

-¿Cómo describirías la soberanía en base a este proyecto?
-Soberanía es lo que ejercen los estados, la gente a través del voto. Pero para mí, *la soberanía es un estado de consciencia* en el que nos damos cuenta que somos parte del todo, y como humanos tenemos la decisión y el libre albedrío para decidir cómo queremos vivir.

-Plantean este sistema de barrios como una ruralidad hexagonal…
-Sí, las nuevas ruralidades hexagonales es un proyecto que hicimos con varios arquitectos y permacultores, entre ellos *Antonio Moretti* que es un reconocido permacultor. Y nos animamos a pensar fuera de la cuadricula egipcia, donde siguiendo el camino del sol, se trazaba de este a oeste la avenida principal, la plaza, la iglesia, la escuela. Y esa forma de habitar el territorio se sigue replicando hasta hoy en día, favoreciendo el auto, las altas velocidades y el intercambio de bienes y servicios sin pensar en el que vive ahí.



En cambio, este hexágono, aplicando la geometría de la Flor de la Vida, permite replantear o posicionar los mojones de un terreno sin necesitar un agrimensor o al estado.
Y la manzana son seis hexágonos alrededor de otro central que funciona como un espacio de encuentro interno entre quienes conviven y comparten el pozo de agua, los paneles solares.

-¿Qué situaciones fueron encontrando en el camino al buscar un terreno que se adapte a sus ideales y posibilidades?
-Bueno, nosotros recorrimos varios terrenos viables pero el estado no te permite hacer un barrio en un lugar alejado y con tierra económica porque dice que "nos cuida de no tener servicios".

Pero si hacemos un barrio soberano en un terreno rural con nuestro propio pozo de agua, paneles solares o energía biocombustible, no necesitaríamos de ese cuidado del estado.

-Este ya es un gran obstáculo. ¿Qué otros encontraron en el camino?
-Y otro obstáculo es ver cómo organizarnos sin que todo dependa de mi o de unos pocos.
Tenemos la matrix de la pirámide en la cabeza, todavía creemos que tenemos que seguir un líder o un referente. Y en este proyecto no es la idea. No buscamos concentrar poder sino construir un sistema como un tejido donde cada uno sea una fibra.

-¿En qué punto crees que estamos como sociedad que todavía no se puede llevar a cabo este proyecto?
-Creo que aun la sociedad se mueve hacia lo que necesita empujada por una presión externa. Estaría bueno que eso deje de ser así, que cada uno piense lo que quiere lograr y actúe en consecuencia y enfocado.
Creo que es un tema de consciencia, de conectar con el deseo y la necesidad, dejar de repetir patrones.



-¿Qué cosas sentís que tenemos tan normalizadas que debemos repensar para llegar a hacer este cambio?
-Para mí la clave es darnos cuenta de lo que es *legítimo*, y darle más importancia de lo que es *legal*.
Eso implica darnos cuenta de lo que nos corresponde como humanos, y dejar de depender de los *cuatro jinetes del apocalipsis*: economía, ciencia, religión y política. Ahí recuperaremos la soberanía y nuestra fuerza.

-¿Cómo puede comunicarse con ustedes la gente que resuena con este proyecto?
-Bueno, en el linktree, https://linktr.ee/BarriosSoberanos, encontraran la propuesta y el grupo en Telegram.

-¿Qué mensaje te gustaría dejar a la gente que está en esta transición?
-Recordarles que el primer hogar que están buscando es su propio cuerpo, su propia mente, su propio espíritu integrado. Porque cuando enocntramos ese centro, aquí y ahora, somos libres de hacer lo que necesitemos.

SECCIÓN

Permacultura



MARIAN BARTOLOME
@caban_kan



El primer paso para construir

Para poder observar con facilidad los recursos que necesitamos para llevar adelante una idea, es importante incorporar la sabiduría que heredamos y que mejoramos con el transcurrir del tiempo y de la experiencia.

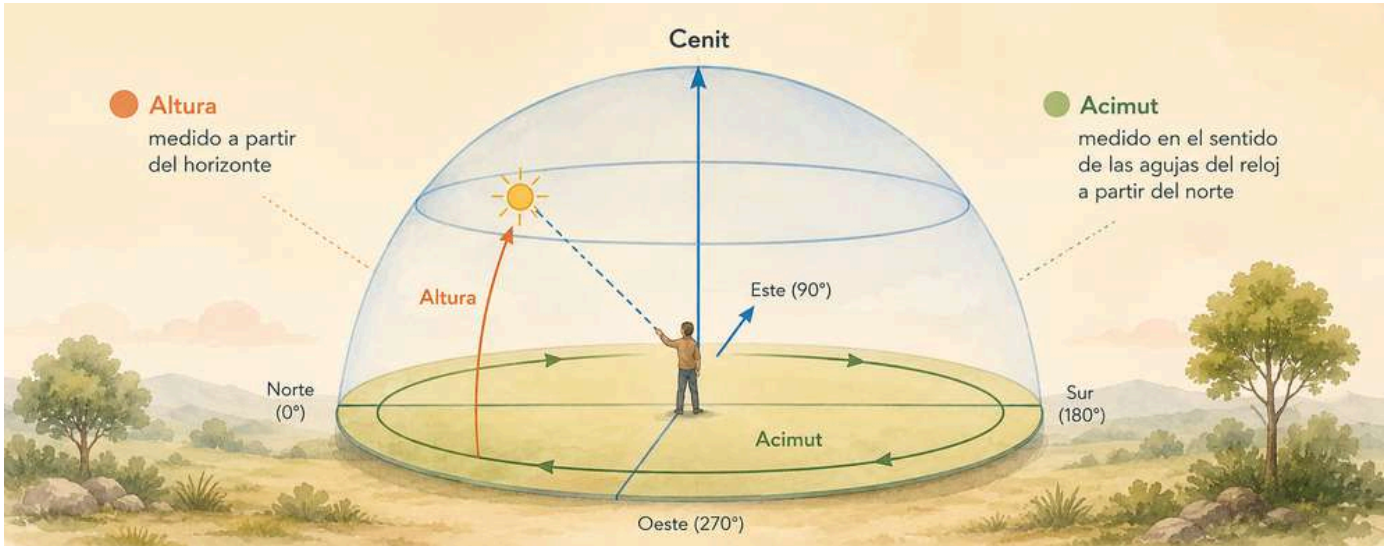
Hay un paso esencial que define el éxito de una construcción natural, y es **la elección del terreno**. Debe ser un lugar confortable desde todas las miradas posibles, ya que es el espacio que vamos a ocupar por un tiempo indeterminado.

Previo al inicio de cualquier proyecto de construcción en barro, es imprescindible realizar un análisis detallado del terreno. Algunos de los aspectos a tener en cuenta serian, por ejemplo: el relieve, las pendientes, la orientación cardinal, las variaciones solares entre estaciones -son determinantes en la eficiencia térmica- y la habitabilidad futura.

Otro punto importante que tenemos que observar es la orientación predominante de los vientos. Es vital observar como cada rincón se mueve y se comporta con las estaciones del año, las sombras, los vientos, la luz solar, el agua. De esta manera, y con este análisis, estamos aportando a que una construcción en barro tome con más fuerza la sostenibilidad y aprovechando de manera sustentable todos los recursos que el lugar nos brinda.
Y, por otro lado, garantizamos la coherencia entre la arquitectura y su entorno natural. Entonces, el diseño bioclimático se convierte en un aliado clave.

Es importante también conocer algunos términos que nos van a servir para entender mejor la elección de la orientación y el diseño de la vivienda. Por ejemplo, **azimut** es el ángulo horizontal medido en sentido horario desde una línea de referencia (generalmente del norte) hasta una línea de interés.

En un diseño bioclimático, se usa para saber en qué dirección está el sol a diferentes horas del día y en distintas estaciones.



De esta manera, es posible orientar la vivienda de manera más óptima al sol y aprovechar la radiación invernal, mientras que nos del calor en verano.

Esta herramienta, que encontramos representada en los diagramas de azimut, nos permite prever flujos de aire, sombras naturales y, en definitiva, un diseño que respira en armonía con el entorno.

LA ZONIFICACIÓN

Después de analizar el terreno, pasamos a la zonificación, que es un criterio clave al momento de la construcción bioclimática y consiste en marcar por sectores, imaginarios o no, las diferentes áreas que van a ayudar a crear un espacio autosuficiente en muchos aspectos.

Veamos algunos ejemplos:
-***La zona 0*:** es el corazón del diseño, la casa misma. Y todo gira alrededor de ella. Este espacio suele diseñarse con los materiales más cercanos, como el barro, y se piensa para que sea eficiente y acogedor. De esta zona se despliega toda la vida del proyecto.

-**La zona 1**: es el área de uso más continuo, y suele ubicarse alrededor de la casa para activar huertas con vegetales frescos o tener hiervas aromáticas al alcance, un patio o un lugar de juegos para niños. Lo importante es que sea un espacio de fácil acceso donde todos los días puedas cosechar, regar o disfrutar, esto lo da la cercanía a la casa.
-**La zona 2:** es un poco más amplia y se usa para cultivos o actividades que necesiten una menos frecuencia de uso.



Se puede seguir avanzando con la zonificación, procurando que el espacio habitable no sea demasiado reducido. En un terreno de mil metros cuadrados ya habría suficiente espacio para replantear esta distribución de manera adecuada.

A mi entender, siento que al momento de buscar un terreno hoy en dia es indispensable apartarnos de las ciudades, buscar esos espacios donde no solo podamos vivir de manera más autosuficiente, generando nuestro propio alimento, sino también intercambiando con vecinos, tejiendo lazos que se sustentan en valores compartidos.
No se trata de vivir todos juntos en una comunidad cerrada, sino de poder construir redes de pensamiento, de compartir esta forma de vida más consciente: una vida donde la huerta, la alimentación sana y una medicina más natural sean el corazón de nuestra transformación.

Y todo esto se entrelaza con una dimensión espiritual, un volver a conectar con la tierra con un ritmo más pausado y sentido, donde cada acción, desde plantar hasta compartir, se convierte en un acto consciente.

Es en esta búsqueda de equilibrio entre lo práctico y lo espiritual, donde nace una forma de vida más plena y en sintonía con nosotros mismos y con el entorno.





MARÍA VALERIA NOVELLO
@madrehierbas

HUERTO EN UN METRO CUADRADO

En esta oportunidad hablaremos del huerto en un metro cuadrado, una de las técnicas que más me gusta a la hora de iniciar en la actividad huertera, porque se adapta para un área urbana, donde hay un espacio limitado, y también para lugares más espaciosos cuando uno está dando los primeros pasos. Y, como si fuera poco, nos permite convertirlos en pequeños invernaderos de manera fácil y eficiente.

Crear un huerto en un metro cuadrado es una técnica intensiva y eficiente, que fue desarrollada por *Mel Bartholomew*, Ingeniero de construcción que convirtió las celosías en lechugas al popularizar un sistema de cultivo en cuadrícula para lo que él denominó: **jardinería por metro cuadrado**.



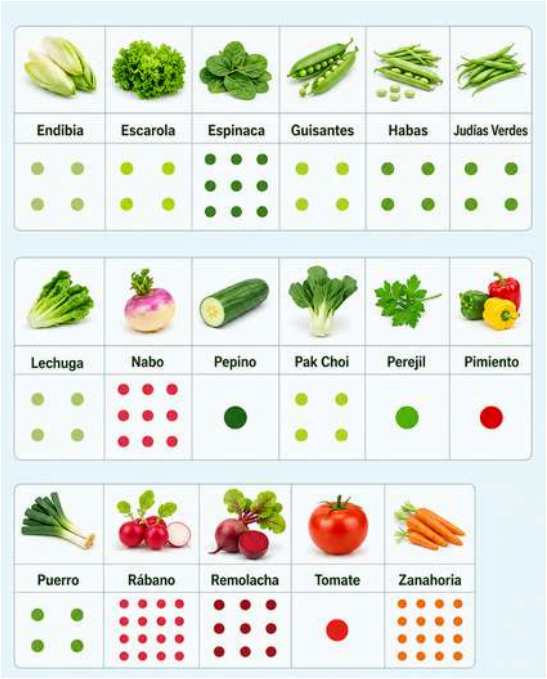
EN QUÉ CONSISTE ESTA PRÁCTICA

Esta práctica, que maximiza la producción en espacios pequeños como terrazas o balcones, consiste en construir un marco de madera de un metro por un metro, con una profundidad aproximada de veinte a cuarenta centímetros y dividirlo en nueve o dieciséis cuadrados más pequeños.

Para el sustrato se recomienda una mezcla ligera y rica, que puede realizarse con un tercio de compost, un tercio de turba y un tercio de vermiculita para asegurar aireación y retención de humedad.

DISTRIBUCIÓN DE LOS CULTIVOS

Según el tamaño, se colocan una, cuatro, nueve o dieciséis plantas en cada cuadrado. Veamos algunos ejemplos para cuadrados de treinta por treinta centímetros:



Una planta: tomates, brócoli, coliflor, berenjena, pimientos, pepino.
Cuatro plantas: lechugas, acelgas.
Nueve plantas: cebollas, espinacas, remolacha.
Dieciséis plantas: zanahorias, rábanos.

VENTAJAS Y CONSEJOS

-**Cultivo Vertical:** Utilizar enrejados en el lado norte para tomates o pepinos para ahorrar espacio.
-**Cultivo Escalonado:** Plantar especies con tiempos de cosecha diferentes para tener verdura continua.
-**Alta Productividad**: Ideal para principiantes por su facilidad de riego y manejo.
-**Menos maleza:** La alta densidad de plantas cubre el sustrato, impidiendo el crecimiento de hierbas no deseadas.
-**Protección**: para proteger las plantas durante los meses de frío se puede añadir una malla o convertir el marco en un pequeño invernadero.



¿Qué sembrar en el mes de junio?

Espacio para proyectos y emprendimientos conscientes

Publicitá en nuestra revista y conectá con quienes ya te están buscando.

















SECCIÓN

Salud Integral



MARÍA CECILIA FERNANDEZ
@arunaholistica

AGUA DE MAR

Beneficios y aplicaciones



Sabemos que el agua de mar contiene minerales y oligoelementos como sodio, magnesio, potasio, calcio y otros elementos que favorecen el bienestar de nuestro organismo. Motivo por el cual se la considera altamente beneficiosa y su consumo viene estando en alza con resultados muy positivos.

Si bien el uso terapéutico del agua de mar se conoce desde la antigüedad, tomó gran difusión a comienzos del siglo XX con René Quinton, investigador y biólogo francés conocido por desarrollar la teoría del "plasma marino".



Para conocer más sobre los beneficios y las diferentes aplicaciones, contamos con la colaboración de ***Griselda Donatucci***, Terapeuta Holística e investigadora, quien a partir de una búsqueda personal de salir de una cultura de enfermedad, comenzó un camino de investigación en el tema.

-En el 2009 conocí al *Dr. Ángel Gracia*, uno de los referentes que hablaba del agua de mar. Y en ese momento me hizo un click importante con respecto a la ancianidad. Yo siempre viví la ancianidad desde un lugar de enfermedad, pero cuando lo veo a él, que ya era un señor mayor, con tanta vitalidad, comprendí la relación entre el agua de mar y los efectos en los adultos mayores.
Después, mi curiosidad me llevó a investigar, a grabar cientos de entrevistas y dar a conocer los beneficios.

Y yo empecé a usarla porque venía luchando con este sistema médico. Yo tenía diagnóstico de fibromialgia, de síndrome de fatiga crónica, artrosis en el cóndido mandibular. Me querían operar, con los riesgos que conllevaba, y todo eso me generaba un gran trauma y sufrimiento. Hasta que decidí que no quería ir mas al médico, y comencé a usar el agua de mar y profundizar en eso.
Dejé todo y me fui a hacer un retiro de seis meses a República Dominicana para ver hasta qué punto yo podía implementar eso para mi salud.



Ahí estaba viviendo al lado del mar y lo mas conmovedor fue sentir que las inmersiones continuas en el agua tibia del mar iban liberando capas de dolor. Y fue algo muy transcendental para mí. Era mucho más que tomar el agua. Es lo que produce la conexión profunda con el mar. Conexión que se va profundizando cada día. Como una relación de amor, que se tiene que ir haciendo.

La gente lo quiere tomar como un protocolo, pero se tiene que generar una conexión con el agua de mar de una manera íntima, profunda y única. Y cuando eso se logra, la autoreparacion, el equilibrio, la armonización y la sanación puede ocurrir.

-¿Cómo podemos generar ese vínculo con el mar quienes no tenemos el acceso cotidiano?

-Ese vínculo lo generamos utilizando el agua de mar en la vida cotidiana. Si hablamos del cuerpo, podemos usarlo desde la cabeza a los pies, haciendo impiezas profundas en todas las partes de nuestro cuerpo, o haceciendo baños de pies.

-¿Cómo hacemos los que vivimos lejos del mar y no podemos hacer grandes usos?

-Si, en esos casos se hace costoso. Entonces otra opción que estamos aprendiendo a utilizar es la *sal del agua de mar evaporada*. Eso favorece el uso en cantidades.

-Explicanos que es el agua de mar hipertónica e isotónica.

-El agua de mar puede estar *hipertónica* –pura- o *isotónica* – diluida en un 9% para que tenga la misma salinidad que tiene nuestro cuerpo-.

Entonces podemos dividir una jarra o botella en cuatro partes, y llenar una parte con agua hipertónica y las otras tres partes con agua potable. Y ahí ya tenemos nuestra agua isotónica.

El agua de mar generalmente tiene entre 35 y 36 gramos de sales minerales, y nosotros tenemos 9 gramos. Cuando isotonisamos el agua de mar y la tomamos, nuestro cuerpo la reconoce porque esa es el agua que tenemos dentro.

-¿Para la gente que recién comienza son las mismas cantidades?
-Yo les recomiendo que usen agua isotónica al principio. Entonces tienen su jarra preparada con agua al 9% y esa es la que usan en comidas o bebidas. Para que vayan haciendo la conexión con ese sabor de a poco, y para que el cuerpo les vaya respondiendo. Después de un tiempo, ya pueden usar el agua de mar pura.

-¿Hay una cantidad máxima que podemos tomar de agua hipertónica?
-Si, la mayoría de los referentes mencionan un máximo de medio litro de agua de mar pura por día. También he entrevistado algunos médicos que dicen que no hay problema si te excedes, porque como el agua de mar es algo natural y orgánico, el cuerpo va a eliminar lo que no necesita, por la orina o transpiración.

-¿Se puede usar en animales?
-Si, se usa mucho en animales. Les encanta. Fijate que cuando ellos están en el mar les encanta jugar y, no toman el agua, solo lengüetean. Se puede usar en el agua cotidiana, agregándole un dedo de agua de mar en el bebedero.



-Cuando preparamos el agua isotónica, ¿se tiene que consumir en el día o se puede guardar preparada?
-Si no le agregamos otra cosa, dura varios días. Y si hace mucho calor, conviene ponerla en la heladera.

-¿Qué mensaje crees que nos deja el mar a los seres humanos?
-Que el mar que vemos afuera está dentro nuestro. Nosotros tenemos esa conexión, que la hemos olvidado pero que está ahí. Dicen los que saben que fuimos creados en el mar y que cuando salimos de él, nos llevamos ese mar adentro nuestro. Y asi como dicen que hay que cuidar a los océanos, pues también tenemos que cuidar los océanos interiores nuestros.

-¿Qué te gustaría decirle a quien está leyendo esto?
-Los invitaría a acceder al material que ofrezco de forma gratuita y a ver los videos con los cientos de testimonios que fui recopilando. Pueden encontrarme en Instagram como @griseldadonatucci o en el canal de Youtube como @GriseldaMercedesDonatucci

Y le diría a la gente que pruebe. Si tiene por ejemplo un agotamiento extremo y toma el agua de mar, que tiene todos los minerales biodisponibles, que observe como el cansancio va remitiendo.



Usos y aplicaciones

PARA QUÉ SE UTILIZA

Para mineralización, hidratación, alcalinización. Uno de los primeros beneficios es la limpieza intestinal, la parte digestiva, la regulación de muchos de nuestros sistemas, potencia los alimentos. El agua de mar ayuda mucho a la autogestión de la salud.

COMIDAS

Se le puede agregar a todas las comidas y preparaciones diarias.
Se cocina como lo hacemos siempre y, antes de servirlo, se les agrega una medida de un dedo de agua de mar pura.
Hay que entrenar el paladar, cada uno irá probando hasta lograr el punto de sal que quiera.

BEBIDAS

Podemos agregar agua de mar al agua del mate, al café, té o infusiones. En ese caso le ponemos una cucharadita antes de tomarlo.
también queda muy bien en sopas, caldos, jugos, licuados, batidos.
Podemos hacer agua saborizada casera con agua de mar isotónica, limón o naranja exprimida y un poco de miel.

CUERPO

Se puede usar en todo el cuerpo: pelo, cara, ojos, nariz, boca, oídos, garganta, axilas, ombligo, pies.
En gotas para hidratar los ojos.
En la boca podemos hacer buches, gárgaras. Es muy bueno cuando hay problemas entre los dientes.
Para el lavado nasal en resfríos.
Y para quienes están mas avanzados en sus procesos, se puede hacer enemas con agua de mar para limpiar el organismo.

LIMPIAR Y PROTEGER

Podemos hacer un spray y rociarnos la cara cuando hay congestión, alergia o algún tema en la piel.
Para higienizarse las manos, como usaríamos el alcohol en gel.
Para los niños cuando se golpean.
El agua *hipertónica* es más fuerte, entonces la usamos para proteger y limpiar. Y el agua *isotónica* la podemos utilizar para hidratar y humectar el rostro o el pelo, en tratamientos de cuidado.

VERÓNICA JESÚS
@veronica_jesus_nutricionista

INVIERNO AYURVÉDICO



Quizás ya han oído hablar del ***Ayurveda***, una ciencia milenaria proveniente de India, que se basa en la búsqueda y mantenimiento del equilibrio con uno mismo y con la naturaleza.

Esta técnica comprende al hombre en todos sus cuerpos e incluye la integración mente, cuerpo y espíritu. Y para describir a todo lo que existe en la naturaleza, utiliza los elementos: aire, fuego, agua, tierra y éter.

El Ayurveda describe y clasifica al ser humano a través de los **doshas**: biotipos o modelos biológicos que gobiernan el funcionamiento del cuerpo y la mente según los elementos predominantes en cada constitución.

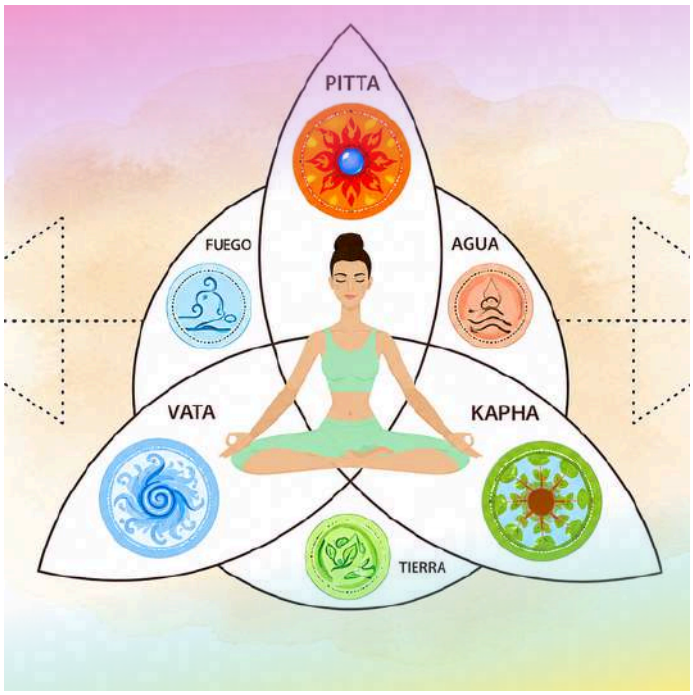
Los doshas describen cómo las leyes de la naturaleza operan dentro del ser humano, siendo fundamental mantenerlos en equilibrio para gozar de buena salud. Cualquier desequilibrio se restructura a través de la alimentación, el estilo de vida, el uso de plantas y otras técnicas como yoga, meditación y técnicas de limpieza.

LOS DOSHAS SON TRES:

-**VATA,** con predominio de los elementos aire y éter. Personas que sufren más el frío, son delgadas, con piel seca, creativas, entusiastas. En desequilibrio aparece la ansiedad, insomnio, estreñimiento.

-**PITTA,** con predominio del fuego y el agua. Personas que sienten el calor más fácilmente, de complexión media, atléticos, piel cálida/sensible, buena digestión, con tendencia a ser líderes, inteligentes y perfeccionistas. En desequilibrio aflora cierta irritabilidad e impaciencia, y sufren de acidez e inflamaciones.

-**KAPHA,** con predominio del agua y la tierra. Personas de complexión fuerte que suben de peso fácilmente, huesos grandes, piel suave/oleosa, energía constante, con personalidad calma y paciente. En desequilibrio padecen de pereza, retención de líquidos, apego, congestión.



Según esta medicina tradicional, cada persona posee los tres doshas pero siempre con la predominancia de uno o dos. Esto hace que cada uno sea único, definiendo así las predisposiciones físicas, formas de pensar, sentir y reaccionar, así como ciertas fortalezas y desequilibrios posibles.

Esto también esto se aplica a toda la naturaleza. Por eso hay estaciones del año, como el otoño y el invierno, que son más VATA -frías, ventosas y cambiantes-, o etapas de la vida que se sienten más frías, secas e introspectivas como la edad madura, o territorios más secos como los desiertos.

El invierno es una estación dominada por el frío y la sequedad, y esto impacta sobre el dosha VATA, pero también a todos los seres humanos. Por eso, la alimentación y los hábitos en esta época buscan estabilidad generando calor, nutrición profunda y así poder volver al equilibrio.

¿QUÉ PROPONE EL AYURVEDA PARA ESTA ESTACIÓN?

Nutrir el cuerpo y mejorar la digestión potenciando el fuego digestivo.

Para ello sugiere incorporar **alimentos templados** -caldos, guisos, legumbres-, incluir **grasas saludables** en las preparaciones -ghee, aceite de oliva o coco-, **especias** como jengibre, cúrcuma, cardamomo, pimienta canela, y **hierbas** calentantes y rutinas equilibrantes.

UNA RUTINA PARA EL INVIERNO PODRÍA SER:

- Empezar la mañana con agua tibia con limón o una infusión con especias como un chai.
- Limpiar la lengua, cepillar en seco de la piel o simplemente untarte con aceite de almendras, de sésamo o de coco.
- Realizar alguna práctica de respiración que eleve la temperatura, como la respiración de fuego o una práctica intensa de yoga.
- El desayuno puede ser una leche dorada y un tazón de cereales tibios con frutas.
- Las comidas principales pueden ser caldo, sopa o guiso bien especiados o verduras al horno con alguna proteína.
- Respetar los ritmos del cuerpo, durmiendo y despertando a horas regulares para relajar el sistema nervioso.

Caldo de huesos

RECETA DE ESTACIÓN



El caldo de huesos se obtiene de la cocción lenta de huesos y tejido conectivo de animales. Es alto en minerales como calcio, magnesio, fosforo, potasio, silicio y otros oligoelementos necesarios para fortalecer los tejidos de tu cuerpo. También colágeno y aminoácidos esenciales para reparar la mucosa intestinal, fortalecer el cabello y uñas. Y por si fuera poco es de fácil digestión.

Podemos utilizar variedad de vegetales que tengamos en la heladera, incluso cascaras y recortes de vegetales que hayamos utilizado para otras preparaciones.

INGREDIENTES

- Huesos de vaca. Se recomienda con caracú, 2 rueditas de osobuco o 15 huesitos de tira de asado
- Huesos de pollo -de preferencia orgánico- 1 carcasa o 1 kilo de alitas
- Como base del caldo: apio, puerro y cebolla de verdeo
  También se puede usar zanahoria y cebolla
- Hierbas aromáticas como perejil, cilantro, orégano, tomillo
- Especias como jengibre, cúrcuma, ajo, pimienta, sal marina
- Vinagre de sidra o limón. Colocar 2 cucharadas por cada litro de agua. Esto ayuda a extraer los minerales de los huesos

PREPARACIÓN

- Cubrir con agua los vegetales y especias.
- Agregar los huesos de pollo y carne.
- El tiempo de cocción es clave! Las primeras dos horas a fuego alto y después a cocción lenta, 12 horas o más. Si es posible cocinar hasta 24-48 horas.
- Dejar reposar y retirar la capa de grasa de la superficie.

Se puede refrigerar por 5-6 días.
Un buen caldo de huesos se gelatiniza a los 2 días de estar refrigerado. Se puede congelar sin problemas en un recipiente de vidrio, moldes de silicona o cubeteras.

Lo que NO va en el caldo: papa, batata, coliflor, remolacha, hojas de acelga, hojas verdes para ensalada.

SECCIÓN

Camino Interior



AMIR HERNÁNDEZ PUENTE
@amir.hernandez.puente



Conflictos en el vinculo

¿Qué puede generarlos?

Hay varias razones por las que un vínculo puede tener conflictos, ya que cada uno de carga con una historia de heridas y vivencias que hace que, en el momento de compartir vivencias, se dificulte combinar las particularidades únicas de cada involucrado. Más aun cuando cada se quiere imponer el propio criterio.

Cada uno de nosotros experimenta la vida según lo que vivenció, con todo lo que eso conlleva. Por lo tanto, si bien la otra persona puede ser empática, no sabrá en profundidad lo que nos sucede si no logramos explicarlo y contextualizarlo, especialmente si ese vínculo en importante para nosotros.

Por esto, cuando podemos vincularnos con eje en compartir desde el potencial y lo mejor de cada uno -sin tomarse personal las maneras en que se expresa el otro-, entonces podemos aprender y capitalizar tanto las diferencias como lo que nos refleja la otra persona.

Teniendo en cuenta entonces las propias vivencias, también varían las maneras de expresarse y la interpretación de lo escuchado.

Quizás una frase no significa nada para la persona que lo dice, sin embargo, para quien lo recibe dispara algún dolor proveniente de heridas no resueltas. Por esto es importante comunicar asertivamente.

Iremos viendo, a lo largo de las ediciones, diferentes causas que pueden generar conflictos vinculares.

Hoy comenzaré escribiendo acerca del **DESBALANCE EN LOS ROLES POR CUBRIR CARENCIAS.**

Esto puede darse cuando, por ejemplo, se pretende que la pareja complete los propios vacíos brindandonos lo que no fue recibido en la infancia o de los padres. O, por el contrario, cuando se le da al otro lo que no hemos recibido.

En cualquier caso, se produce un **desorden sistémico**, donde una de las partes queda por encima de la otra (padre-hija, madre-hijo, niño-adulto).

Cuando en realidad para ser un vínculo saludable y positivo, ambas partes deben estar en el mismo nivel, siendo responsable cada cual de sus propias carencias y heridas, y complementando ambas partes sus potencialidades.



Las relaciones del mismo nivel de jerarquía -parejas, amistades, conocidos, relaciones laborales- son personas con quienes podemos compartir, aprender y evolucionar. Más allá del tipo de dinámica vincular que sea, nos pueden brindar mucha información de nosotros mismos. Pero esto sucederá únicamente *si logramos no tomarlo personal.*

¿CÓMO EVITAR ESTE CONFLICTO EN NUESTROS VÍNCULOS?

PARTE 1

Reconocer y asumir nuestras carencias desde nuestro nivel adulto hacia nuestro nivel niño. Hacernos responsables de lo que necesitamos y brindarnos lo que precisamos, pero desde nosotros para con nosotros mismos, sin depender de un otro.

Veamos a un ejemplo: "*Pero preciso un abrazo! Y dependo de otros*".
Si necesito un abrazo y dependo de otros entonces me hago responsable desde mi adulto a la necesidad que surge de mi nivel niño, y aprendo a comunicarlo asertivamente: "*Necesito un abrazo* (si quiero explico por qué, sino no) *¿puedes dármelo?"*. Y acepto si la respuesta es negativa.

La diferencia es muy sutil. Hay gente que expresa pero se enoja frente a un *No*.

No es lo mismo decir "*¿me abrazas?*" y que quizás la otra persona lo haga por compromiso o porque se lo pedís. Pero si te responde que *No* o hace algún gesto y te enojas, entonces estas manipulando y pidiendo desde tu nivel niño a alguien que funciona como un adulto. No estás gestionado desde la responsabilidad para con vos mismo.

El próximo número veremos más soluciones posibles.

NINA BRIASCO
@ninabriasco



EL RETORNO DEL REY

JÚPITER EN LEO Y LA EXPANSIÓN DEL CORAZÓN

En junio, Júpiter ingresa en Leo inaugurando un ciclo de creatividad, liderazgo y autenticidad que se extenderá durante un año. En tiempos de inteligencia artificial y sobrecarga mental, este tránsito propone volver al centro más humano de todos: el corazón.

El 30 de junio de 2026, Júpiter ingresa en Leo y el cielo cambia de frecuencia. Comienza así un período de expansión que se extenderá aproximadamente hasta mediados de 2027, trayendo consigo una energía ligada a la creatividad, la visibilidad, la confianza y la autoexpresión. Después de años marcados por la hiperestimulación mental, la aceleración tecnológica y cierta desconexión emocional, este tránsito vuelve a poner al corazón en el centro.

Desde la astrología evolutiva y cuántica, **Júpiter en Leo representa la expansión de la conciencia creadora.**

Leo es el signo de la soberanía personal, y Júpiter amplifica todo lo que toca: liderazgo, deseo, pasión, autenticidad y capacidad de inspirar.

La energía disponible impulsa a dejar de buscar aprobación externa para empezar a habitar una presencia más coherente con lo que verdaderamente somos.
Pasamos del "yo quiero" al "yo soy".

En tiempos atravesados por inteligencia artificial y vínculos cada vez más virtuales, este tránsito recuerda algo esencial: **lo humano sigue siendo irremplazable**.

La sensibilidad, el carisma, la creatividad y la capacidad de transmitir desde el alma cobrarán un valor nuevo. La verdadera abundancia ya no aparecerá solamente como recurso material, sino como un estado interno de merecimiento, gozo y confianza.

Durante este período, la vida invita a salir de la zona de confort y mostrar talentos sin miedo a la opinión ajena.

Será un año especialmente favorable para proyectos creativos, liderazgo consciente, comunicación, arte y emprendimientos donde la identidad personal tenga protagonismo. Los signos de fuego -Aries, Leo y Sagitario- sentirán esta expansión con mayor intensidad.

¿Qué más nos trae Júpiter en Leo?
También amplifica la relación con los niños, el juego, la fertilidad creativa y todo lo vinculado a la expresión espontánea del ser.

Será un tránsito que invitará a recuperar la confianza después de años donde predominó el miedo, la incertidumbre y el exceso de control mental.

A nivel colectivo, pueden emerger nuevos referentes carismáticos, artistas y líderes que movilicen desde la inspiración emocional más que desde la rigidez intelectual.

Y crecerá la necesidad de celebrar, compartir y volver a experiencias más presenciales y humanas. Como toda energía leonina, el desafío estará en diferenciar autenticidad de ego: **brillar sin necesidad de competir.**

Entonces, este tránsito favorece especialmente todo lo relacionado con el arte, la música, el teatro, la comunicación creativa y los emprendimientos con identidad propia.

Habrá una fuerte invitación a volver a conectar con el deseo verdadero y no solamente con lo "útil" o productivo.

Júpiter en Leo viene a expandir lo que hacemos y lo que nos animamos a ser. Porque el verdadero salto cuántico ocurre cuando dejamos de escondernos y empezamos, finalmente, a irradiar nuestra propia luz.



MARÍA VALERIA NOVELLO
@madrehierbas



SINCRONARIO DE LAS 13 LUNAS

Una herramienta de organización del tiempo basada en los ciclos naturales, la sincronía y la conexión entre el ser humano, la naturaleza y el universo.

El objetivo de interiorizarnos en las leyes del tiempo natural, o ley del tiempo, y seguir el **Sincronario de 13 Lunas** es sincronizarnos con la realidad que nos conecta con el mundo al cual pertenecemos, este Cosmos que habitamos y que pareciera desconocido para nosotros.

Contrapuesto a la percepción de un tiempo lineal, este Sincronario propone una nueva percepción del tiempo como una unidad espacio-tiempo, cíclico o espiralado, en el cual se repiten ciclos que se van sincronizando con otros ciclos mayores.

Esto nos introduce en el concepto del *momento presente* que, en realidad, es el único que existe, y donde el pasado y el futuro son líneas de tiempo que están sintonizadas como si fuera una radio de acuerdo a nuestro nivel de conciencia.

Para comenzar con un concepto básico, les presento el **módulo armónico llamado TZOLKIN.**



Es una matriz de **veinte sellos** -o códigos solares- y **trece tonos lunares** -o frecuencias armónicas-.

LOS SELLOS
Arquetipos, glifos, cualidades del ser.

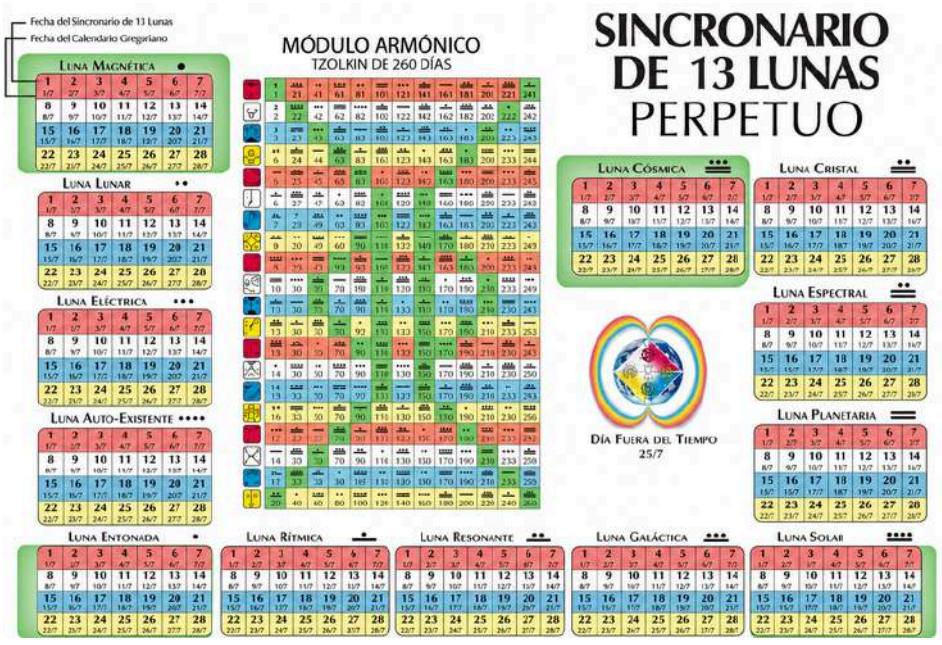
1 Dragón, 2 Viento, 3 Noche, 4 Semilla, 5 Serpiente, 6 Enlazador de Mundos, 7 Mano, 8 Estrella, 9 Luna, 10 Perro, 11 Mono, 12 Humano, 13 Caminante del Cielo, 14 Mago, 15 Águila, 16 Guerrero, 17 Tierra, 18 Espejo, 19 Tormenta, 20 Sol.

LOS TONOS
Acciones o poderes que representan movimiento.

1: Magnético, 2: Lunar, 3: Eléctrico, 4: Autoexistente, 5: Entonado, 6: Rítmico, 7: Resonante, 8: Galáctico, 9: Solar, 10: Planetario, 11: Espectral, 12: Cristal, 13: Cósmico.

Al combinarlos, dan un total de 260 kines, con los cuales se cuentan los días en el sistema del Sincronario de 13 Lunas.
Este módulo armónico es la representación de una estructura que se encuentra codificada en todo lo que existe en el universo.

Y esta cuenta se puede estructurar como una **Onda Encantada**: una unidad de tiempo de 13 escalones que representa un ciclo desde su comienzo -la meta o propósito a cumplir-, hasta el final -la concreción del propósito- que se perpetúa para volver a comenzar como una espiral, reiniciando la búsqueda de un nuevo propósito.



Entonces, percibimos éste Ciclo como una búsqueda cuyo propósito lo marca la primera Luna, y cuyo nombre es el del primer día de ésta primera Luna.

Por ejemplo: el anillo o año actual comenzó con la Semilla Resonante Amarilla, por lo que lleva ese nombre (comenzó el 26 de julio del 2025 y finalizará el 25 de julio del 2026).

Por otro lado, el día conocido como **Día Fuera del Tiempo** es la celebración del logro y la preparación para la renovación del ciclo.

Los días se van contando en el módulo armónico llamado Tzolkin, de arriba hacia abajo y de derecha a izquierda. Sincronizando esta matriz con la Onda Encantada del Anillo, hasta lograr el giro completo.

SECCIÓN

Gestación y Crianza



MARÍA LUJÁN SCAIOLI
@lujanscaioli

GESTAR EN TRIBU



El acto de gestar es un momento de la vida de mucha vulnerabilidad, donde generalmente recibimos opiniones y consejos diversos de diferentes personas que, muchas veces, lo hacen desde su propia experiencia o desde lo que escucharon en algún lugar.

Hoy en día la información es accesible, pero a la vez se vuelve invasiva. ¿Cómo saber que todo eso que nos llega nos sirve y nos nutre?

Para esto, se cuenta con la herramienta del **CÍRCULO DE EMBARAZADAS**: un lugar seguro donde se puede hablar, compartir con quiénes estén transitando por lo mismo -pero cada una a su manera-, despejar dudas, sentirse acompañadas y contenidas tanto ellas como sus acompañantes.

Estos círculos suelen estar armados por Doulas, mujeres que acompañan el embarazo y el parto con la preparación necesaria. Y, entre otras cosas, deben contar con el don de la escucha consciente. Algo que parece muy sencillo, pero no lo es. Si prestamos atención en nuestra vida cotidiana, ¿cuántas veces intervenimos cuando alguien nos está compartiendo algo?

Escucha, respeto del otro y sus procesos, paciencia, tolerancia, cooperación. La comunidad se construye desde estos pilares básicos que hemos perdido en la vorágine de las vidas aceleradas que llevamos.

Los círculos de embarazadas y encuentros de crianza son espacios donde se intercambian experiencias y dónde se unen las familias que comparten la idea de que no es lo mismo criar en soledad que poder compartir y nutrirse en el encuentro con otros. Y no están integrados solo por las mujeres, sino también por sus acompañantes y sus hijos.



Hoy les comparto la experiencia de una referente en gestación y crianza en tribu: ella es ***Bettina Abrigo*** de 57 años, docente formadora de "*Doulas Vida*".
Su primera experiencia fue estando embarazada de su hijo, que nació en 1994 en Buenos Aires, momento en que la contacta el grupo Ñuñu que armó el *Dr. Díaz Walker* (Pediatra, Psicólogo y Médico) para abrir la posibilidad de parir en casa, amamantar, y criar los hijos de una manera más orgánica, más natural, más libre, respetuosa.

"*Para mí fue un impacto al principio, hasta que fue pasando el tiempo y fui compartiendo junto a mi pareja. Fui entendiendo lo que estos encuentros significaban. Luego, juntos fuimos armando una red de apoyo, una tribu, una familia que elegimos para sostenernos en ese momento con otras personas que pasaban por lo mismo*" -nos compartió Bettina.





Otra particularidad de estos círculos es que suelen ir rotando de casa en casa para sostener tanto lo emocional como lo cotidiano, ayudando a cada familia según sus necesidades.

Por ejemplo, si una mujer tuvo a su bebé y necesita que la ayuden con la limpieza, preparando la comida, cuidando y jugando con los otros niños, o si necesita reparar algo. Siempre hay manos dispuestas.

La tribu es, sin lugar a dudas, el espacio donde criar se vuelve algo más fácil.
Donde las equivocaciones se vuelven aprendizaje, donde una otra comparte su experiencia, donde hay otra mujer para apoyarnos.

Gestar y criar en tribu requiere apertura, confianza y nos devuelve un sentimiento que no se puede explicar. Por eso te invito a vivirlo y transitarlo.

VIVE SALUDABLE

MARÍA VALERIA NOVELLO
Terapeuta Holistica
Promotora en Huerto
Soberania Alimentaria

+549 2914315268
@MADREHIERBAS

TERAPIA FLORAL
Bach

CURSO ONLINE
ENFOQUE PSICOTERAPÉUTICO

MARÍA CECILIA FERNÁNDEZ
@ARUNAHOLISTICA



SI ESTO RESONÓ CON VOS...

Buscanos

Y seguí explorando este camino en nuestras redes

Encontranos en

@entreeras.ok

Entre Eras

Web: entreeras.com.ar



MESA RADIÓNICA

Sanación Cuántica Terapéutica

Curso Online Vivencial

ESCUELA ARUNA HOLÍSTICA

INFORMACIONES
arunaholistica@gmail.com
+549 3548618809

Hay un lenguaje
más allá de las
palabras.
Una forma de leer
lo que no se ve.

ENTRE ERAS

Sumá tu proyecto en este espacio



TE INVITAMOS A SER PARTE

CONTACTANOS
+549 3548618809

SECCIÓN

Semillas

Ideas, guías, recursos y novedades para seguir explorando





De las ideas a la acción

La sabiduría de la ceniza

Con la llegada del frío, el fuego a leña vuelve a ocupar un lugar central en muchos hogares. La salamandra o la cocina a leña no solo abrigan los espacios: también generan un recurso que solemos desechar sin conocer todo su potencial. **Hablamos de la ceniza.**

Durante generaciones, fue muy valorada en la vida cotidiana rural por su riqueza en minerales como calcio, potasio, magnesio y carbonatos. Apreciada tanto por sus usos en la tierra como en distintas prácticas tradicionales.
Parte de esos saberes fueron transmitidos de generación en generación, y hoy perduran en muchos lugares.



Entonces, te dejo algunos usos:

- **Huerta y el jardín**: repelente natural, usada alrededor de plantas y cultivos para ayudar a alejar insectos, hormigas, babosas y caracoles. También, gracias a los minerales que contiene, es muy valorada para enriquecer la tierra.
- **Compost:** en pequeñas cantidades, aporta minerales y equilibrar ciertos residuos orgánicos.
- **Hielo o barro**: se esparce en caminos y entradas para mejorar la tracción.
- **Metales y vidrios**: mezclada con un poco de agua, limpia y da brillo.
- **Olores y humedad**: absorbe humedad y neutraliza olores en sectores húmedos.
- **Heridas y picaduras:** ayuda a secar la herida y protegerla.
- **Acidez**: neutraliza los ácidos del estómago y brindan alivio frente a la acidez estomacal. Disolver una péquela cantidad en un vaso de agua.

Una red de servicios

Un espacio dedicado a visibilizar proyectos, emprendimientos, espacios, actividades, profesionales y propuestas que promueven el bienestar, la sustentabilidad y nuevas formas de desarrollo humano.

Buscamos facilitar el encuentro entre quienes impulsan estos proyectos y quienes están en su búsqueda.

Si querés formar parte de esta ***guía***, donde los lectores podrán descubrir tus actividades, ponete en contacto con nosotros.

revista.entreeras@gmail.com
+549 3548618809



Un mapa de proyectos, espacios y servicios para acompañar nuevas formas de vivir



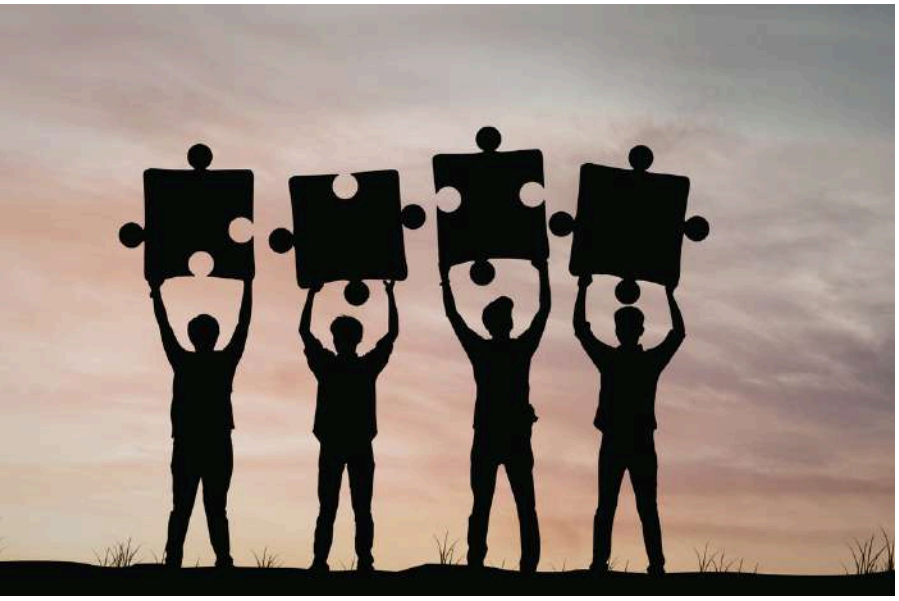












ESPACIO ABIERTO

Una invitación para quienes sientan ser parte de *Entre Eras* y co-crear juntos nuevas miradas

Este proyecto editorial nace con la intención de ser un espacio colectivo. Por eso, invitamos a quienes resuenen con esta propuesta, a compartir sus miradas, experiencias y saberes.

Arquitectura y construcción sustentable, energías renovables, comunidades, literatura y arte en resonancia con el nuevo paradigma, terapias, nueva educación, sexualidad consciente, proyectos o investigaciones: todas las voces que aporten nuevas formas de comprender y habitar el mundo son bienvenidas.

Si sentís el impulso de expresar, crear o compartir, este también puede ser tu espacio.







Comunicate con nosotros: revista.entreeras@gmail.com / +549 3548618809

ENTRE ERAS



Tejiendo redes para una nueva humanidad.

Sumá tu proyecto y conectá con una comunidad afín

COMUNICATE CON NOSOTROS:

Whatsapp: +549 3548618809
Mail: entreeras@gmail.com

Te esperamos.