

EXPERIENCIAS NATURALES

Haz tu viaje mas natural

Conecta con la naturaleza que te rodea durante tu estancia a través de actividades diseñadas para descubrir, aprender y disfrutar del entorno local. Desde talleres artesanales con plantas medicinales e inciensos naturales, hasta paseos etnoboánicos para reconectar con la flora autóctona o actividades creativas al aire libre. Propuestas pensadas tanto para adultos como para familias que buscan vivir el entorno rural de una forma diferente

¿Cómo funciona?

- Bajo reserva previa: Para garantizar una experiencia cuidada y adaptada a ti o a tu grupo, organizamos las sesiones con antelación.
- Espacio y formato: Podemos realizar el taller o actividad en las instalaciones de la casa rural donde te alojas (según disponibilidad del espacio) o en una ubicación natural cercana.
- Grupos y fechas: Adaptamos la dinámica según el número de participantes (familias, parejas o pequeños grupos) y según la época del año.
- Materiales incluidos: Todos los materiales necesarios para los talleres y dinámicas están incluidos en la actividad.





Alquimia Verde de La Vera: Cosmética y Cuidado Natural con Plantas

Locales

Una experiencia sensorial, práctica y relajante sin salir del hotel rural.

La garganta, el monte y la vegetación de La Vera no solo ofrecen paisajes increíbles: también albergan una rica tradición de plantas aromáticas y medicinales que se han utilizado durante generaciones para cuidar la piel y el cuerpo.

Proponemos una pausa en tu estancia para conectar con esta sabiduría popular de forma moderna, divertida y al alcance de cualquiera. En un ambiente íntimo y distendido, aprenderás a reconocer las joyas botánicas que crecen a nuestro alrededor, como el romero, la jara o el cantueso, y descubrir cómo transformar sus extractos en cosmética 100% natural, respetuosa con la piel y sin químicos ni complicaciones.

Un taller diseñado para desconectar, oler, experimentar y crear con las manos un souvenir lleno de propiedades que llevarse a casa.

Preparaciones del taller:

- **Bálsamo Reparador de La Vera:** Un ungüento concentrado a base de oleatos de plantas autóctonas (romero, jara o caléndula) y cera pura, ideal para labios secos, quemaduras de sol o pieles castigadas.
- **Aceite Nutritivo de Masaje Relajante:** Una mezcla personalizada de aceites vegetales macerados con aromáticas locales para aliviar la tensión del cuerpo tras un día de ruta por el monte.
- **Exfoliante o Sal de Baño Botánica:** Una combinación de sales minerales, flor seca de la zona y aceites esenciales para mimar la piel o disfrutar de un baño revitalizante en el hotel.

¿Qué incluye la experiencia?

- Infusión de bienvenida elaborada con mezcla de hierbas silvestres.
- Todos los ingredientes 100% naturales (aceites, plantas, cera pura, aceites esenciales).
- Materiales de elaboración y recipientes de cristal o lata de alta calidad.
- Envase terminado personalizado con su etiqueta decorada y receta escrita para poder repetirlo en casa.

Ficha Técnica y Logística de la Actividad

- Duración: 1 hora y 30 minutos (aproximadamente).
- Ubicación: Sala polivalente del hotel rural.
- Público: Para todos los públicos (no se requieren conocimientos previos). Ideal para parejas, familias, grupos de amigos o viajeros individuales.
- Precio: 20€ por persona, 15€ menores de 16 años
- Reservas: Actividad bajo demanda. Necesaria reserva previa con al menos 24 - 48 horas de antelación sujetas a disponibilidad de la facilitadora.



Ruta de Interpretación y Naturaleza

Una caminata guiada para descubrir los secretos vivos del paisaje verato sin salir del entorno.

La comarca de La Vera es un mosaico vivo donde el agua de las gargantas, los bosques de robles y castaños, y la vegetación de monte bajo albergan una biodiversidad sorprendente. Te invitamos a mirar el paisaje con otros ojos a través de un paseo suave y participativo para toda la familia.

A lo largo del recorrido, aprenderemos a identificar las plantas medicinales y aromáticas más emblemáticas de la zona y a entender sus usos tradicionales. Pero no iremos solos: aguzaremos el oído y la vista para descubrir las aves que habitan nuestros cielos, aprenderemos a reconocer rastros de fauna silvestre y descubriremos la importancia del agua y los arroyos en la vida de la comarca.

Una experiencia pensada para caminar despacio, respirar aire puro, aprender curiosidades de la naturaleza local y reconectar con el entorno rural.

¿Qué descubriremos en la ruta?

- **Flora silvestre y medicinal:** Reconocimiento práctico en vivo de especies de la zona (jara, romero, tomillo, cantueso, saúco, caléndula, majuelo) y sus remedios tradicionales.
- **Aves y fauna autóctona:** Observación e identificación de aves del entorno de La Vera, sus cantos y sus hábitats.
- **Lectura del paisaje y rastros:** Interpretación de pisadas, plumas o señales que dejan los animales en el monte, y cómo influye el agua de las gargantas en el ecosistema.
- **Etnoecología local:** Mitos, leyendas y usos antiguos que los habitantes de La Vera daban a los recursos del bosque.

¿Qué incluye la experiencia?

- Guiado especializado por una educadora ambiental de la zona.
- Cuaderno o ficha botánica/faunística de campo digital o impresa para seguir las pistas durante el recorrido.
- Lupas y prismáticos de apoyo para observación cercana.
- Infusión o tentempié herbal para compartir a mitad de camino o al finalizar el itinerario.

Ficha Técnica y Logística de la Actividad

- Duración: 2 horas a 2 horas y media.
- Dificultad: Baja / Paseo accesible. Rutas diseñadas en el entorno inmediato de la casa rural o senderos llanos cercanos.
- Público: Para todos los públicos. No requiere preparación física.
- Precio: 15€ por persona
- Equipamiento necesario: Calzado cómodo de senderismo o zapatillas deportivas, agua y ropa adecuada a la época del año.
- Reservas: Actividad bajo demanda con un mínimo de 24 - 48 horas de antelación, sujeta a disponibilidad y condiciones meteorológicas.



Inciensos Naturales de La Vera: Aromaterapia y Creación Botánica

Una experiencia envolvente para despertar los sentidos y crear tus propios aromas con plantas del entorno.

El aroma del monte verato, la resina de la jara, el cantueso, la mejorana o el romero, tiene un poder único para calmar la mente y transformar el ambiente. En este taller sensorial, nos alejaremos de los inciensos industriales sintéticos para descubrir el verdadero arte del humo sagrado y la aromaterapia botánica tradicional.

En un ambiente cálido y relajado dentro de la sala del hotel rural, aprenderás a combinar plantas, resinas y maderas aromáticas para dar forma a tus propios inciensos 100% naturales, completamente libres de tóxicos. Una actividad meditativa y artesanal perfecta para bajar pulsaciones, oler, experimentar con texturas y llevarte a casa una parte de la esencia del monte.

¿Qué descubriremos en la ruta?

- **Inciensos en Cono o Varilla Artesanal:** Mezcla de resinas naturales (como mirra, copal o estoraque), polvo de maderas y plantas aromáticas molidas de La Vera para modelar tus propios conos o conos aromáticos.
- **Atados de Hierbas (Sahumerios Botánicos):** Selección y tejido de atados de plantas aromáticas secas (romero, cantueso, jara, laurel) tradicionales para purificar y perfumar estancias.

¿Qué incluye la experiencia?

- Infusión de bienvenida artesanal con plantas aromáticas.
- Todos los ingredientes y aglutinantes 100% naturales (maderas, resinas puras, plantas aromáticas secas y aceites esenciales).
- Materiales de moldeado, cordeles de algodón natural y herramientas.
- Cajita o bolsa decorativa para llevarte tus creaciones terminadas y secas a casa, junto con las instrucciones para utilizarlas.

Ficha Técnica y Logística de la Actividad

- Duración: 1 hora y 30 minutos a 2 horas.
- Ubicación: Sala del hotel/casa rural.
- Público: Para todos los públicos. Ideal para parejas que buscan una actividad de bienestar, grupos de amigos o personas que quieran un momento de desconexión.
- Reservas: Actividad bajo demanda con un mínimo de 24 - 48 horas de antelación, sujeta a disponibilidad de la facilitadora.
- Precio: 25€ por persona, 20€ menores de 16 años



¿Cómo reservar la experiencia?

Reserva directa en 3 sencillos pasos:

- **Elige tu experiencia:** Elige el taller o la ruta que más te apetezca disfrutar durante tu estancia.
- **Consulta disponibilidad:** Contacta con la facilitadora para confirmar fecha y hora con un mínimo de 24 a 48 horas de antelación.
- **¡A disfrutar!:** Nos encargamos de llevar todo el material necesario a la sala o de coordinar el punto de encuentro para la ruta.

Contacto e Información

- **Teléfono / WhatsApp:** 674 85 14 12 (Vía recomendada para confirmación rápida)
- **Reserva online / Web:** www.esmeraldahope.com
- **Instagram:** @proyecto esmeralda.hope_

Nota para los huéspedes: Las actividades se realizan bajo demanda y requieren reserva previa para garantizar la disponibilidad del material y el espacio.