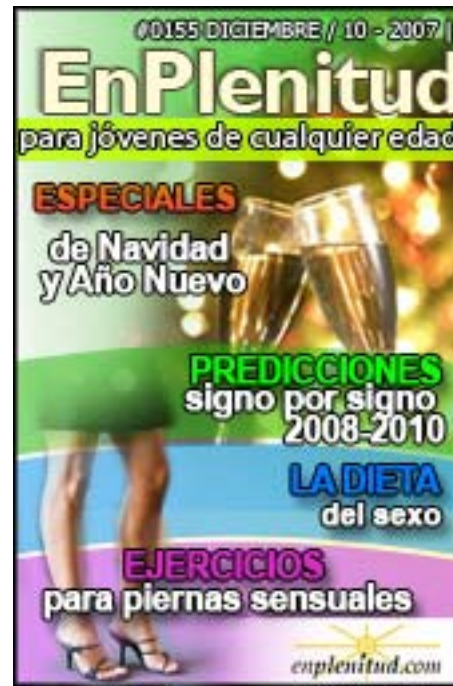


- ▶ [Especial de Navidad y Año Nuevo](#)
- ▶ [Predicciones signo por signo 2008-2010](#)
- ▶ [La dieta del sexo](#)
- ▶ [Ejercicios para piernas sensuales](#)
- ▶ [Como combinar los colores de la ropa](#)
- ▶ [Masajes para relajarse](#)
- ▶ [El Word, un riesgo para tu PC?](#)
- ▶ [Me siento Betty la fea... \(video exclusivo\)](#)
- ▶ [Como hacer que tus clientes compren iya!](#)
- ▶ [Tendencias en decoracion para el 2008](#)
- ▶ [Como vencer los miedos](#)
- ▶ [La dieta de la patata](#)
- ▶ [Video: La magia de los Beatles](#)
- ▶ [Recetas originales para una Navidad diferente](#)



**BECAS DE 2000 EUROS**


**CURSOS GRATIS**

**LIBROS GRATIS**

**TODO PARA TU MOVIL**

## El secreto: *Me siento Betty la fea... (video exclusivo)*

▶ <http://www.enplenitud.com/pareja/bettylafa.asp>



Participa en el sorteo. Crea tu Chevrolet Dream Garage eligiendo tres modelos.

¡PARTICIPA!



### La dieta de la patata

La dieta de la papa es un plan alimentario ideal tanto para bajar de peso como para mantener el cuerpo saludable. Aquí te la presentamos...  
<http://tinyurl.com/2hdp4s>



### Predicciones signo por signo 2008-2010

¿Quieres ir más allá del 2008, y tener una idea de lo que te depara el destino en los años por venir? Aquí te lo contamos...  
<http://tinyurl.com/2l65fv>

### La dieta del sexo

Una a favor para quienes prefieren el sexo al gimnasio...

<http://tinyurl.com/yu8cnr>

### Ultimo momento

#### Microsoft Word, un riesgo para tu PC?

Dos vulnerabilidades del procesador de textos Word de Microsoft ponen en riesgo tu PC. Actúa antes de que sea tarde...

<http://www.enplenitud.com/computacion/word.asp>

#### Ejercicios para piernas sensuales

Tener unas piernas hermosas y atractivas puede depender simplemente de la correcta rutina de ejercicios. Aquí te la presentamos...


<http://tinyurl.com/2pdkef>

#### Como combinar los colores de la ropa

Para sacar el mayor provecho de tu guardarropa —y ahorrar algo de dinero—, aprende a combinar los colores clásicos, con esta práctica guía

<http://www.enplenitud.com/belleza/colores.asp>

eHealth247.com



PRODUCT SAMPLES »

HEALTH TIPS »

EXCLUSIVE OFFERS »

All day, every day, 365 days a year.

## Masajes para relajarse

Masajes para relajarse y aliviar las tensiones, de a uno o en pareja

<http://www.enplenitud.com/pareja/relax.asp>

## Como hacer que tus clientes compren... AHORA

<http://www.enplenitud.com/negocios/vendermas.asp>

## Nuevos cursos gratis ▶

### Como hablar en publico

<http://www.enplenitud.com/cursos/oratoria.asp>

### Merienda escolar: la lonchera ideal

<http://www.enplenitud.com/cursos/merienda.asp>

## Tendencias en decoracion para el 2008

Para esta temporada, Oriente llega con toda su tradición milenaria y un ingrediente de "buenas vibras" para comenzar el año con toda la prosperidad que se merece...

<http://www.enplenitud.com/decoracion/deco2008.asp>

## Recetas originales para Navidad

Recetas originales para compartir la cena de Navidad con la familia y los amigos

<http://www.enplenitud.com/recetas/navidad.asp>

## Como vencer los miedos

<http://www.enplenitud.com/psicologia/miedos.asp>

## Libros digitales gratis ▶

### Estudio bioquimico de la orina

<http://www.enplenitud.com/libros/libro119.asp>

### Cuentos infantiles

<http://www.enplenitud.com/libros/libro120.asp>

## Te gustaron estas notas?, Quieres compartirlas?

Reenvia este boletin ahora mismo a quien desees, o envianos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

[reenviosenplenitud@gmail.com](mailto:reenviosenplenitud@gmail.com)

## Eres profesional? Colabora con nosotros y hazte conocer gratis !!

Si quieres **darte a conocer sin costo** a las mas de **dos millones de personas** que visitan En Plenitud todos los meses, **envianos tus notas o articulos sobre tu especialidad** a:

[envionotas@gmail.com](mailto:envionotas@gmail.com)

y con gusto nuestra redaccion los considerara para su publicacion (**las notas pueden incluir tus datos de contacto** y antecedentes profesionales, pero NO deben ser meramente promocionales y deben contener informacion de utilidad para el lector).

HAZTE CONOCER

QUIERES UN BLOG?

QUIERES SER PROFESOR?

CURSOS EN TU WEB

**Descarga ahora!**

**Los mejores ringtones y logos para tu movil !!**

▶ <http://www.tonos.enplenitud.com>

EMPECEMOS CON UNA SONRISA

UNA CARICIA EN EL ALMA

**Lecciones de las películas de terror**

Las películas de terror nos dan grandes lecciones para la vida de todos los días. Aquí te las presentamos:

**El Sol y la Luna**

Cuando el SOL y la LUNA se encontraron por primera vez, se apasionaron perdidamente y a partir de ahí comenzaron a vivir un gran amor.

Cuando parezca que has matado al monstruo, nunca te acerques a ver si realmente está muerto.

Si descubres que tu casa fue construida sobre un antiguo cementerio indio, o alguna vez fue escenario de misas negras, o los anteriores ocupantes estaban locos o fueron asesinados o se suicidaron o practicaban ritos satánicos... ¡ múdate cuanto antes !

Nunca leas una invocación demoníaca en voz alta, incluso como una broma

Nunca bajes a investigar al sótano, sobre todo si se ha cortado la luz

Como regal general, nunca resuelvas acertijos que abran las puertas del Infierno

Nunca te pares en, sobre, debajo, detrás o cerca de ninguna tumba, cripta, mausoleo o cualquier otra morada de los muertos

Si buscas la causa de un sonido extraño y descubres que es solo el gato, huye inmediatamente si aprecias tu vida

Si los electrodomésticos y luces comienzan a funcionar solos, múdate de inmediato

No tomes nada de los muertos

Si llegas a una ciudad que parece desierta, abandónala de inmediato

No juegues con el ADN, a menos que sepas lo que haces

Si estás huyendo de un monstruo, prepárate para tropezar y caer al menos dos veces, sobre todo si eres mujer. También ten en cuenta que se moverá lo suficientemente rápido como para atraparte, pese a que tú estás corriendo y él arrastrando los pies.

Si tus acompañantes comienzan de repente a manifestar fenómenos extraños –tales como sisear, fascinarse con la sangre, ojos luminosos, pilosidad creciente- aléjate lo más rápido y lejos posible

Aléjate de lugares como Amityville, Elm Street, Transylvania, Nilbog (si reconoces este estás en problemas), el triángulo de las Bermudas o cualquier pequeña ciudad del estado de Maine (Estados Unidos)

Sucede que el mundo aun no existía y el día que Dios decidió crearlo, les dio entonces un toque final ...¡ el brillo !

Quedó decidido también que el SOL iluminaría el día y que la LUNA iluminaría la noche, siendo así, estarían obligados a vivir separados.

Les invadió una gran tristeza y cuando se dieron cuenta de que nunca más se encontrarían...

LA LUNA fue quedándose cada vez más angustiada. A pesar del brillo dado por Dios, fue tornándose solitaria.

EL SOL a su vez, había ganado un título de nobleza "ASTRO REY", pero eso tampoco le hizo feliz.

El SOL, al verla sufrir tanto, resolvió hacer un pedido especial a Dios:

Señor, ayuda a la LUNA por favor, es más frágil que yo, no soportará la soledad...

Y Dios, en su inmensa bondad, creo entonces las estrellas para hacer compañía a la LUNA.

La LUNA siempre que está muy triste recurre a las estrellas, que hacen de todo para consolarla, pero casi nunca lo consiguen.

Hoy , ambos viven así....separados, el SOL finge que es feliz, y la LUNA no consigue disimular su tristeza.

LUNA y SOL siguen su destino. Él, solitario pero fuerte; ella, acompañada de estrellas, pero débil.

Los hombres intentan, constantemente, conquistarla, como si eso fuese posible.

Algunos han ido incluso hasta ella, pero han vuelto siempre solos.

Nadie jamás consiguió traerla hasta la tierra, nadie, realmente, consiguió conquistarla, por más que lo intentaron.

Sucede que Dios decidió que ningún amor en este mundo fuese del todo imposible, ni siquiera el de la LUNA y el del SOL...

Fue entonces que Él creó el eclipse.

Hoy SOL y LUNA viven esperando ese instante, esos raros momentos que les fueron concedidos y que tanto cuesta, sucedan.

Cuando mires al cielo, a partir de ahora, y veas que el SOL cubre la LUNA, es porque se acuesta sobre ella y comienzan a amarse.

Si te quedas sin gasolina en el medio de la noche, no vayas a pedir un teléfono a la primer casa de aspecto abandonado que se te cruce por el camino

Ten cuidado con cualquier extraño que veas empuñando: sierras eléctricas, engrapadoras, cuchillos eléctricos, sierras, cortadoras de césped, soldadoras, lanzallamas, podadoras, cosechadoras y similares

Si alguien te regala una videocinta y luego muere dentro de los siete días con el rostro desfigurado, destrúyela de inmediato sin mirarla

**Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a?**

Reenvíalo ahora mismo a quien tu desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:  
[reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

Es a ese acto de amor al que se le dio el nombre de eclipse.

Es importante recordar que el brillo de su éxtasis es tan grande que se aconseja no mirar al cielo en ese momento, tus ojos pueden cegarse al ver tanto amor

Enviado por Magalys. Muchas gracias!

**Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle una sonrisa a un amigo/a?**

Reenvíalo ahora mismo a quien tu desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:  
[reenvios@enplenitud.com](mailto:reenvios@enplenitud.com)

## Los nuevos blogs ◀

### Todo para el Hogar

<http://blogs.enplenitud.com/todoparaelhogar/>

### Cocina peruana

<http://blogs.enplenitud.com/elirecetas/>

## Imperdibles ▶

### Becas de hasta 2000 euros

<http://www.enplenitud.com/expocursos/becas.html>

### Personales gratis

<http://personales.enplenitud.com/>

Suscribirse ▶

Eliminar ▶

Cambiar de email ▶

Versión resumida ▶

Todas las opiniones y artículos recogidos en este Newsletter pertenecen exclusivamente a sus respectivos autores, y son publicados a efectos meramente informativos. Este correo-e es enviado únicamente a quienes se han suscrito voluntariamente al mismo. EnPlenitud.com no realiza envíos no solicitados de correo-e, y nuestra [política de privacidad](#) no admite la comercialización de los datos de nuestros suscriptores.

### Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.com/> 2001-2007. Esta permitido el libre reenvío de esta revista mientras la misma se realice sin cambios. Se autoriza su reproducción total o parcial con mención de la fuente e inclusión de un link activo hacia <http://www.enplenitud.com/>