

**Ahora puede descargar nuestra revista como pdf, y regalársela a todos sus amigos.**  
 Para descargarla haga clic con el boton DERECHO del mouse en [este link](#) y elija la opción "GUARDAR DESTINO COMO."



- ▶ [Miami gratis](#)
- ▶ [Remedios naturales para cuidar tu piel](#)
- ▶ [4 formas de ganar dinero desde tu casa](#)
- ▶ [Como encontrar el origen de tu apellido](#)
- ▶ [Dieta de la manzana](#)
- ▶ [Gimnasia facial contra las arrugas en los ojos](#)
- ▶ [BrainGym, gimnasia para las neuronas](#)
- ▶ [Como dar masajes en los pies](#)
- ▶ [Como renovar WhatsApp gratis por 1 año](#)
- ▶ [Isla Mujeres, la isla maravillosa](#)
- ▶ [El 72, la clave de la riqueza](#)
- ▶ [Paella a la valenciana](#)
- ▶ [Soluciones para habitaciones pequeñas](#)
- ▶ [Yoga anti estrés y anti edad](#)
- ▶ [Como despertar el deseo... por la nariz](#)
- ▶ [Como tener una maquina de ganar dinero](#)
- ▶ [Por que sigues soltera?](#)
- ▶ [Como hacer tus propias pulseras en bisuteria](#)
- ▶ [Guia del color para decorar tu hogar](#)
- ▶ [Como quemar grasas mas rapido](#)
- ▶ [Isla Mujeres, la isla maravillosa](#)
- ▶ [Decoración personalizada](#)
- ▶ [Como seducir a una mujer atractiva](#)
- ▶ [Como proteger tu dinero de cualquier crisis](#)



Compartelo:



[TU HOROSCOPO GRATIS](#)

[CURSOS GRATIS](#)

[LIBROS GRATIS](#)

[NUMEROS ANTERIORES](#)

Empieza Ahora ▶

**Hazlo ahora:**

**[Dieta de la manzana](#)**

▶ <http://www.enplenitud.com/dietas/dieta-manzana1.asp>

 <p><b><a href="#">Miami gratis</a></b>                  Quien dijo que no puedes pasarla de primera en Miami sin gastar un centavo?  <a href="http://www.enplenitud.com/viajes/miamigratis.asp">http://www.enplenitud.com/viajes/miamigratis.asp</a></p>	<p><b>Ultimo momento</b></p> <p><b><a href="#">Gimnasia facial contra las arrugas en los ojos</a></b>                  Te enseñamos a realizar yoga facial para combatir las arrugas en los parpados superiores  <a href="http://www.enplenitud.com/fitness/yoga-facial1.asp">http://www.enplenitud.com/fitness/yoga-facial1.asp</a></p> <p><b><a href="#">Remedios naturales para cuidar tu piel: estudio de caso</a></b>                  La piel requiere de cuidados especiales y constantes para mantenerla en buenas condiciones. Al ser el órgano más expuesto, las medidas de higiene y la elección de los productos adecuados es de vital importancia para prevenir problemas frecuentes como las dermatitis...  <a href="http://www.enplenitud.com/salud/remedios-dermatitis1.asp">http://www.enplenitud.com/salud/remedios-dermatitis1.asp</a></p> <p><b><a href="#">Como dar masajes en los pies</a></b>                  Un masajes de pies es uno de los maximos placeres que se pueden experimentar. Aqui te contamos como hacerlos...  <a href="http://www.enplenitud.com/belleza/masajes.asp">http://www.enplenitud.com/belleza/masajes.asp</a></p> <p><b><a href="#">4 formas de ganar dinero desde tu casa</a></b>                  En un articulo anterior te contabamos algunas formas de ganar dinero trabajando por Internet. Aqui te damos cuatro opciones mas...  <a href="http://www.enplenitud.com/negocios/desdecasa1.asp">http://www.enplenitud.com/negocios/desdecasa1.asp</a></p> <p><b><a href="#">Isla Mujeres, la isla maravillosa</a></b>                  Arribar a Isla Mujeres es hacerlo a un mundo de ensueño donde todo viajero encuentra su segunda morada...  <a href="http://www.enplenitud.com/viajes/islamujeres1.asp">http://www.enplenitud.com/viajes/islamujeres1.asp</a></p> <p><b><a href="#">Yoga anti estrés y anti edad</a></b>                  Aprende a retrasar el envejecimiento y combatir el estrés aprendiendo la postura de la estrella...  <a href="http://www.enplenitud.com/viajes/intercambio.asp">http://www.enplenitud.com/viajes/intercambio.asp</a></p> <p><b>Libros gratis recomendados</b></p> <p>Aumente sus glúteos sin cirugía  <a href="http://www.enplenitud.com/libros/aumente-sus-gluteos.asp">http://www.enplenitud.com/libros/aumente-sus-gluteos.asp</a></p> <p>Dios teólogo  <a href="http://www.enplenitud.com/libros/dios-teologo.asp">http://www.enplenitud.com/libros/dios-teologo.asp</a></p>
 <p><b><a href="#">BrainGym, gimnasia para las neuronas</a></b>                  Si! el cerebro tambien puede ejercitarse y lograr grandes beneficios al realizar los ejercicios adecuados. Que son estos:  <a href="http://www.enplenitud.com/fitness/brainqym1.asp">http://www.enplenitud.com/fitness/brainqym1.asp</a></p>	
<p><b><a href="#">Como encontrar el origen de tu apellido</a></b>                  Genealogia hispana: los linajes como punto de partida  <a href="http://www.enplenitud.com/actividades/linajes1.asp">http://www.enplenitud.com/actividades/linajes1.asp</a></p>	
<p><b><a href="#">Como renovar WhatsApp gratis por 1 año</a></b>                  Con este tutorial aprenderemos como renovar WhatsApp gratis por 1 año para Android, IOS, Symbian  <a href="http://www.enplenitud.com/computacion/renovarw hatsapp1.asp">http://www.enplenitud.com/computacion/renovarw hatsapp1.asp</a></p>	
<p><b><a href="#">Soluciones para habitaciones pequeñas</a></b>                  Tecnicas para resolver problemas de espacio en tus habitaciones sin son pequeñas  <a href="http://www.enplenitud.com/decoracion/habitaciones.asp">http://www.enplenitud.com/decoracion/habitaciones.asp</a></p>	
<p><b>Cursos gratis mas populares</b></p> <p>Tarot Astrológico  <a href="http://www.enplenitud.com/cursos/tarotastrologico">http://www.enplenitud.com/cursos/tarotastrologico</a>  <a href="http://www.enplenitud.com/fitness/postura-estrella.asp">http://www.enplenitud.com/fitness/postura-estrella.asp</a></p> <p><b>Mostacillas</b>  <a href="http://www.enplenitud.com/cursos/mostacillas.asp">http://www.enplenitud.com/cursos/mostacillas.asp</a></p>	

EMPECEMOS CON UNA SONRISA

UNA CARICIA EN EL ALMA

### Los chistes mas graciosos de la semana

1) Como saber si eres muy feo:  
Averigua si eres muy feo, con el feometro...  
<http://www.enplenitud.com/humor/conflictos-de-pareja.asp>

2) Fábulas del gallo sabio:  
Cómo hizo el gallo viejo para sobrevivir a todos los jóvenes?  
<http://www.enplenitud.com/humor/turista-perdido.asp>

3) ¿Quién lo dijo?:  
¿Quién dijo estas frases célebres? Te aseguramos que te divertirás con estos chistes cortos!!  
<http://www.enplenitud.com/humor/caja-registradora-asesina.asp>

4) El cura, el rabino, el pastor y el oso:  
¿Qué pasó el día en que un cura, un rabino y un pastor...?  
<http://www.enplenitud.com/humor/ayudando-a-la-ladrona.asp>

5) Como lograr que tus vecinos te odien:  
Reglas de convivencia para la gran ciudad  
<http://www.enplenitud.com/humor/maniqui-vivo.asp>

6) 18 Grandes Verdades:  
Sobre la vida que debes conocer...  
<http://www.enplenitud.com/humor/beso-virtual.asp>

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:

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Encuentra mas chistes en:

<http://www.enplenitud.net/areas.asp?areaid=39>

### El arbol que no sabia quien era

Había una vez, algún lugar que podría ser cualquier lugar, y en un tiempo que podría ser cualquier tiempo, un hermoso jardín, con manzanos, naranjos, perales y bellísimos rosales.

Todo era alegría en el jardín; y todos ellos estaban muy satisfechos y felices. Excepto por un solo árbol, profundamente triste.

El pobre tenía un problema: no daba frutos. "No sé quién soy," se lamentaba.

- Lo que te falta es concentración,- le decía el manzano,- si realmente lo intentas, podrás tener deliciosas manzanas. ¿Ves que fácil es?

- No lo escuches,- exigía el rosal.- Es más sencillo tener rosas y ¿Ves que bellas son?

Y desesperado, el árbol intentaba todo lo que le sugerían. Pero como no lograba ser como los demás, se sentía cada vez más frustrado.

Un día llegó hasta el jardín el búho, la más sabia de las aves, y al ver la desesperación del árbol, exclamó:

-No te preocupes, tu problema no es tan grave, es el mismo de muchísimos seres sobre la tierra. ES tu enfoque lo que te hace sufrir.

Continúa leyendo en:

<http://www.enplenitud.com/el-arbol-que-no-sabia-quien-era.html>

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:

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Encuentra mas caricias para el alma en:

[http://www.enplenitud.net/V2areas\\_ASP?areaid=8](http://www.enplenitud.net/V2areas_ASP?areaid=8)

<p><b>Recomendados</b> 📌</p> <p>Clasificados gratis <a href="http://www.enplenitud.net/clasificados/">http://www.enplenitud.net/clasificados/</a></p> <p>Tarjetas y postales gratis <a href="http://www.enplenitud.net/selectpostal.asp">http://www.enplenitud.net/selectpostal.asp</a></p>	<p><b>Imperdibles</b> 📌</p> <p>Cursos en tu web <a href="http://www.enplenitud.net/cursos/cursosentusitio.asp">http://www.enplenitud.net/cursos/cursosentusitio.asp</a></p> <p>Quieres ser profesor? <a href="http://www.enplenitud.net/cursos/profesores.asp">http://www.enplenitud.net/cursos/profesores.asp</a></p>
---	--

Te gustaron estas notas?, Quieres compartirlas?

Reenvía este boletín ahora mismo a quien desees, o envíanos su e-mail para que lo hagamos en tu nombre a:

<mailto:reenvio@senplenitud.com>

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

Si quieres **darte a conocer sin costo** a las mas de **4 millones de personas** que visitan En Plenitud todos los meses, **envíanos tus notas o artículos sobre tu especialidad** a:

<mailto:envionotas@enplenitud.com>

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

[Suscribirse](#) ▶

[Eliminar](#) ▶

[Cambiar de email](#) ▶

[Version resumida](#) ▶

Todas las opiniones y articulos recogidos en este New sletter pertenecen exclusivamente a sus respectivos autores, y son publicados a efectos meramente informativos. Este correo-e es enviado unicamente a quienes se han suscrito voluntariamente al mismo. EnPlenitud.com no realiza envios no solicitados de correo-e, y nuestra [politica de privacidad](#) no admite la comercializacion de los datos de nuestros suscriptores. Para contactarnos: [contacto@enplenitud.com](mailto:contacto@enplenitud.com)

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.net/> 2001-2013. Esta permitido el libre reenvio de esta revista mientras la misma se realice sin cambios. Se autoriza su reproduccion total o parcial con mencion de la fuente e inclusion de un link activo hacia <http://www.enplenitud.net/>