

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."

- ▶ [Tu Horoscopo Chino 2009](#)
- ▶ [Novedades tecnologicas para 2009](#)
- ▶ [Tratamientos para la flacidez facial: video exclusivo](#)
- ▶ [Juguetes sexuales: video exclusivo](#)
- ▶ [Tener una pareja mas joven: si o no?](#)
- ▶ [Como vencer el sindrome de fin de año](#)
- ▶ [De eso no se habla \(sobre todo en las fiestas\)](#)
- ▶ [Remedios caseros contra el dolor de oido y garganta](#)
- ▶ [Mujeres a solas](#)
- ▶ [Metas de fin de año: para que?](#)
- ▶ [Como tener mas ingresos en epocas de crisis](#)
- ▶ [Como recuperar tu silueta despues de Navidad](#)
- ▶ [Como achicar tus pompis](#)



BECAS DE 2000 EUROS

CURSOS GRATIS

LIBROS GRATIS

TODO PARA TU MOVIL

El secreto:

De eso no se habla (sobre todo en las fiestas)

▶ <http://www.enplenitud.com/familia/nosehabla.asp>



Tu Horoscopo Chino 2009

Te contamos lo que el horoscopo chino tiene para decir sobre tu destino este año 2009, en el amor, empleo, salud y finanzas, trimestre por trimestre y elemento por elemento (agua, tierra, metal, madera y fuego)

<http://www.astrologia-gratis.net/horoscopo-chino2009.asp>



Novedades tecnologicas para 2009

Te contamos todas las novedades de software, hardware y tecnologia para el 2009 !

<http://www.enplenitud.com/computacion/novedades2009.asp>

Como vencer el sindrome de fin de año

Que puedes hacer para que el miedo al fracaso no te aplaste? He aqui algunas recomendaciones al respecto...

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

Juguetes sexuales: video exclusivo

Nuestra sexologa te cuenta cuando, como y donde se usan los juguetes sexuales, y que cuidados hay que tener...

<http://www.enplenitud.com/amor/jugueteserot.asp>

Remedios caseros contra el dolor de oido y garganta

Consejos caseros para calmar el dolor que provocan las inflamaciones en la garganta y los oidos

<http://www.enplenitud.com/computacion/novedades2009.asp>

Nuevos cursos gratis

El campo energetico humano

<http://www.enplenitud.com/cursos/campo-energetico.asp>

La Biomasa: energia del pasado y del futuro

<http://www.enplenitud.com/cursos/energia-biomasa.asp>

Ultimo momento



Como recuperar tu silueta despues de Navidad

Te contamos como librarte de los kilitos de mas que se acumulan en esta epoca del año...

<http://www.doctordietas.net/navidades.asp>

Tratamientos para la flacidez facial: video exclusivo

Te mostramos como se realiza el tratamiento para combatir la flacidez facial...

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

Como tener mas ingresos en epocas de crisis

Buscas formas de tener mas ingresos? Lee este articulo y aprenderas 5 formas de lograrlo...

<http://www.enplenitud.com/dinero/mas-ingresos.asp>

Mujeres a solas

Que ocurre a las mujeres cuando el no esta presente...?

<http://www.enplenitud.com/familia/asolas.asp>

Tener una pareja mas joven: si o no?

Si fueras un hombre, dirias perfecto!, y mas si eres un hombre mayorcito. Pero si fueras una mujer...

<http://www.enplenitud.com/amor/masjoven.asp>

Metas de fin de año: para que?

Si realmente quieres lograr lo que te propones, existe un paso clave con el que debes iniciar el nuevo año. Averigua cual es leyendo este articulo

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

Libros digitales gratis

Bronquiolitis, guia para los padres

<http://www.enplenitud.com/libros/libro172.asp>

Dolor de cintura, guia para el paciente

<http://www.enplenitud.com/libros/libro173.asp>

RECOMENDADOS

Jardin

[Como hacer para que las plantas sobrevivan en nuestra ausencia](#)

Tu Dinero

[El leasing: una alternativa a la hora de comprar](#)

Psicologia

[Entendiendo la menopausia](#)

Seguridad

[Como evitar los asaltos en los taxis](#)

Salud

[Como ayudar con terapia ocupacional a quien tuvo un ACV](#)

Belleza

[Vacaciones sin perder la belleza](#)

Viajes

[Como disfrutar de la playa sin engordar](#)

Deportes

[Aficionados al Golf: un metodo para mejorar su juego](#)

Familia

[Crecer junto y no contra los hijos](#)

Nutricion

[Puede la glandula tiroides afectar su peso?](#)

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

Te gustaron estas notas?, Quieres compartirlas?

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

<mailto:reenvio@senplenitud.com>

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:

<mailto:envionotas@enplenitud.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

Descarga ahora!

Los mejores ringtones y logos para tu movil !!

<http://www.tonos.enplenitud.com>

EMPECEMOS CON UNA SONRISA

Memorias de un feo

Cuando naci, el doctor fue a la sala de espera y le dijo a mi padre Hicimos lo que pudimos... pero nacio vivo'.

Mi mama no sabia si que darse conmigo o con la placenta.

Como era prematuro me metieron en una incubadora... con vidrios polarizados.

Mi madre nunca me dio el pecho porque decia que solo me queria como amigo.

Asi que en vez de darme el pecho, me daba la espalda.

Es por eso que debo haber quedado petiso, tan petiso que en lugar de ser enano, soy profundo.

Yo siempre fui muy peludo. A mi madre siempre le preguntaban: 'Señora, a su hijo lo pario o lo tejió?'

Mi padre llevaba en su billetera la foto del niño que venia cuando la compro.

Pronto me di cuenta que mis padres me odiaban, pues mis juguetes para la bañera eran un radio y un tostador electrico.

Una vez me perdi. Le pregunte al policia si creia que ibamos a encontrar a mis padres.

Me contesto: 'No lo se; hay un monton de lugares donde se pudieron haber escondido'.

Y para colmo era muy flaco, tan flaco que un dia meti los dedos en el enchufe y la electricidad erro la patada.

Era realmente flaco: para hacer sombra tenia que pasar dos veces por el mismo lugar.

Pero mi problema no era ser tan flaco sino ser FEO.

Mis padres tenian que atarme un trozo de carne al cuello para que el perro jugara conmigo.

Si, amigos, yo soy FEO, tan FEO que una vez me atropello un auto y quede mejor.

Cuando me secuestraron, los secuestradores mandaron un dedo mio a mis padres para pedir recompensa.

Mi madre les contesto que queria mas pruebas.

Tuve que trabajar desde chico.

Trabaje en una veterinaria y la gente no paraba de preguntarme cuanto costaba yo.

Un dia llamo una chica a mi casa diciendome: 'Ven a mi casa que no hay nadie'. Cuando llegue no habia nadie.

A mi mujer le gusta mucho hablar conmigo despues del sexo. El otro dia me llamo a casa desde un hotel.

El psiquiatra me dijo un dia que yo estaba loco. Yo le dije que queria escuchar una segunda opinion. 'De acuerdo, ademas de loco es usted muy feo', me dijo.

Una vez cuando me iba a suicidar tirandome desde la terraza de un edificio de 50 pisos, mandaron a un cura a darme unas palabras de aliento. Solo dijo: 'En sus marcas, listos...'

El ultimo deseo de mi padre antes de morir era que me sentara en sus piernas. Lo habian condenado a la silla electrica...

Enviado por Janeth. Muchas gracias!

Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle

el lector).

UNA CARICIA EN EL ALMA

La princesa y el guisante

"Erase una vez un principe que queria casarse con una princesa, pero tenia que ser una verdadera princesa.

Viajo por todo el mundo buscando una, pero no pudo encontrar en ningun sitio lo que buscaba.

Habia muchas, pero era dificil saber si eran autenticas princesas.

Habia siempre algo en ellas que no era como debia ser.

Asi, volvio a casa de nuevo muy triste porque le hubiera gustado mucho haber encontrado la verdadera princesa de sangre real.

Una noche estallo una terrible tormenta con rayos y truenos.

La lluvia caia torrencialmente.

De repente se oyo como alguien golpeaba la puerta del castillo con fuerza. Toc! Toc!Toc!.

El anciano rey fue a abrirla.

Era una princesa que estaba afuera, frente a la puerta.

Pero, Dios mio! que aspecto presentaba con la lluvia y el mal tiempo!

El agua le goteaba del pelo y de las ropas, le corria por la punta de los zapatos y le salia por el tacon y, sin embargo, decia que era una princesa autentica.

"Bueno, eso pronto lo sabremos", penso la anciana reina.

Y sin decir palabra, fue a la alcoba, aparto toda la ropa de la cama y puso un guisante en el fondo.

Despues cogio veinte colchones y los puso sobre el guisante, y ademas coloco veinte edredones sobre los colchones.

La princesa tuvo que dormir alli toda la noche.

A la mañana siguiente le preguntaron como habia dormido.

"Oh, terriblemente mal!" -dijo la princesa-.

"Apenas si he pegado ojo en toda la noche.

Sabe Dios lo que habria en la cama!

He dormido sobre algo tan duro que tengo todo el cuerpo lleno de magulladuras. Ha sido horrible!"

Asi supieron que era una princesa de verdad, porque habia notado el guisante a traves de veinte colchones y de veinte edredones.

Solo una autentica princesa podia haber sido tan sensible.

El principe la tomo por esposa, porque ahora podia estar seguro de que se casaba con una princesa autentica.

Y el guisante entro a formar parte de las joyas de la corona, donde todavia puede verse, si no lo ha robado nadie.

Como vereis, este es un cuento real.

Hans Christian Andersen

Enviado por Hector. Muchas gracias!

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

una sonrisa a un amigo/a?

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

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

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

<mailto:reenvios@enplenitud.com>

Los nuevos blogs ▶

Templo Hermoso: Nuestro Cuerpo

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

Motivacion y Desarrollo Personal

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

Imperdibles ▶

Becas de hasta 2000 euros

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

Personales gratis

<http://personales.enplenitud.com>

[Suscribirse ▶](#)

[Eliminar ▶](#)

[Cambiar de email ▶](#)

[Version resumida ▶](#)

Todas las opiniones y articulos recogidos en este Newsletter 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 [política de privacidad](#) no admite la comercializacion de los datos de nuestros suscriptores.

Todos los derechos reservados.

(c) Latin Seniors Inc. <http://www.enplenitud.com/> 2001-2007. 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.com/>