

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."

- ▶ [La fantasía de todos los hombres](#)
- ▶ [Secretos de los tratamientos para pompis perfectas](#)
- ▶ [Torta Tres leches](#)
- ▶ [Estrategias para Inversiones Rentables](#)
- ▶ [Feng Shui para el éxito en los negocios](#)
- ▶ [Recetas faciles para paladares exigentes](#)
- ▶ [Arte para decorar tu hogar a bajo costo](#)
- ▶ [Como bailar la danza del vientre: video paso a paso](#)
- ▶ [Desayunos para bajar el colesterol](#)
- ▶ [Los mejores lugares para ocultar dinero y objetos de valor](#)
- ▶ [Viajes productivos, la ultima tendencia en vacaciones](#)
- ▶ [Cómo eliminar espías de tu computadora: video paso a paso](#)
- ▶ [Maria Graña canta a Carlos Gardel: video exclusivo](#)
- ▶ [Las Vegas, mucho mas que apostar...](#)



[BECAS DE 2000 EUROS](#)

[CURSOS GRATIS](#)

[LIBROS GRATIS](#)

[TODO PARA TU MOVIL](#)

La receta:

[Torta Tres leches](#)

▶ <http://www.enplenitud.com/recetas/tresleches.asp>



La fantasía de todos los hombres

Todos –o casi todos- los hombres tienen esta fantasía. Aunque no todo lo que reluce es oro...

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



Secretos de los tratamientos para pompis perfectas

El verano, la playa, el mar, las apariencias... y las mujeres comienzan a preocuparse por una parte en especial de su cuerpo: las pompis. Sin embargo, el ejercicio físico muchas veces no es suficiente para llegar al objetivo deseado...

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

Arte para decorar tu hogar a bajo costo

Hay muchas maneras de estirar el presupuesto cuando se trata de embellecer un hogar. Aquí te damos algunas ideas...

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

Cómo eliminar espías de tu computadora: video paso a paso

En esta guía práctica, aprenderemos cómo limpiar nuestra PC de spyware, archivos espías y otras amenazas informáticas...

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

Desayunos para bajar el colesterol

Te presentamos los desayunos que te ayudarán a reducir tus niveles de colesterol de manera asombrosa

<http://www.enplenitud.com/salud/desayuno.asp>

Nuevos cursos gratis ▶

Pintura sobre cerámica

<http://www.enplenitud.com/cursos/pintura-ceramica.asp>

Cocina tailandesa

<http://www.enplenitud.com/cursos/cocina-tailandesa.asp>

Ultimo momento

Recetas fáciles para paladares exigentes

Para salir de la rutina con los ingredientes de todos los días...

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

Feng Shui para el éxito en los negocios

La suerte de su negocio, tal vez, dependa de algunos pequeños cambios. El Feng Shui tiene las respuestas...

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

Viajes productivos, la última tendencia en vacaciones

Con poco tiempo disponible y muchas ganas de utilizarlo al máximo, cada vez más turistas optan por hacer breves, pero muy intensas, vacaciones...

<http://www.enplenitud.com/viajes/viajes.asp>

Como bailar la danza del vientre: video paso a paso

Un profesor de danza del vientre te enseña a bailar esta tradicional danza, con prácticos videos ilustrativos

<http://www.enplenitud.com/actividades/danzadelvientre.asp>

Estrategias para Inversiones Rentables

Ahora que esta de moda Kiyosaki y todo el mundo tiene la fiebre de ser inversor y de crear activos para vivir de ellos, es conveniente tener en cuenta estos comentarios...

<http://www.enplenitud.com/dinero/estrategias.asp>

Maria Graña canta a Carlos Gardel: video exclusivo

El tango "Golondrinas", de Carlos Gardel, en la voz inigualable de María Graña. Video exclusivo de En Plenitud...

<http://www.enplenitud.com/videos/gardel.asp>

Libros digitales gratis ▶

Hortalizas y verduras rellenas

<http://www.enplenitud.com/libros/libro191.asp>

El gran libro de los aderezos dietéticos

<http://www.enplenitud.com/libros/libro208.asp>

RECOMENDADOS

Entretenimiento

[Test de la personalidad del Dalai Lama](#)

Salud

[El secreto de la longevidad](#)

Seguridad

[Recomendaciones básicas para evitar ser víctimas del delito](#)

Psicología

[Cómo ser un triunfador \(a cualquier precio\)](#)

Familia

[Relación de la adolescentes con la TV](#)

Astrología

[El Tarot y los problemas de pareja](#)

Estética

[Cómo estar espléndidas en menos tiempo y con tratamientos más efectivos](#)

Jardín

[Elija las plantas adecuadas para su balcón](#)

Mascotas

[Programas preventivos para cuidar la salud de nuestros perros](#)

Aficiones

[El alfabeto: su significación grafológica](#)

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

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:

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

<mailto:envianotas@enplenitud.com>

<mailto:reenvio@senplenitud.com>

<mailto:enviosnotas@senplenitud.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

Pequeño Manual de estupideces humanas

Y yo me pregunto.... ¿POR QUÉ?

1- Todos, cuando estan aburridos, van a la cocina y abren la heladera. Como nada les apetece, la cierran. Cada 10 minutos repiten esta operacion

(¿Qué esperan? ¿qué aparezca una selva negra por activación lumínica del foquito de la heladera?)

2- Cuando el control remoto de la TV se esta quedando sin pilas, aprietan con mas fuerza los botones (y con insistencia)

(Y a veces hasta con ambas manos!!) (eso recarga las pilas???)

3- Ni bien les suena el celular y lo atienden, se ponen de pié y empiezan a caminar mientras hablan.

(¿La caminata les activa el centro cerebral de la palabra? ¿o es que tener apoyado el trasero les entumece las ideas? ¡¡Quédense quietos!!)

4- La gente alquila una película de terror y después la mira a las 3 de la tarde y con un batallón de gente alrededor para que 'no les de miedo'.

(Díganme...cuando se alquilan una comedia ¿la van a ver a algún velorio para que no les de risa?)

5- Cada vez que meten algo en el microondas se quedan mirando, como idiotas, como gira el plato.

6- Cuando están en la cama y sienten ruidos o algo les da miedo, se tapan con las sábanas

(Claro: si es un ladrón ni se va a dar cuenta de que estan ahí...)

7- No pueden dormir con la puerta del placard semiabierta

(Y yo digo: si en ese placard ya no entra ni una pelotita de tenis ¿cómo creen que algún cristiano podría meterse ahí adentro?)

8- Escuchan ruidos en la casa y creen que hay alguien acechando. Las luces no las prenden...claro, pero se acercan despacito y anuncian a viva voz:

'¿QUIÉN ANDA AHÍ!?. (Felicitaciones...el que estaba a lo oscuro y acechando, acaba de conocer tu posición por el sonido, IDIOTA!!!).

O peor aun, no falta el estúpido que grita 'TENGO UN ARMA' (Fabuloso: le acabas de decir donde estas y además le diste tiempo para que cargue su propio revolver y te llene de plomo, infeliz)

Enviado por Luisito. ¡Muchas gracias!

Enviado por Jorge. Muchas gracias!

Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle 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>

Encuentra mas chistes y humor en:
<http://www.enplenitud.com/areas.asp?areaid=39>

UNA CARICIA EN EL ALMA

Disfruta tu Café

Un grupo de profesionales, todos triunfadores en sus respectivas carreras, se juntó para visitar a su antiguo profesor.

Pronto la charla devino en quejas acerca del interminable 'stress' que les producía el trabajo y la vida en general.

El profesor les ofreció café, fue a la cocina y pronto regresó con una cafetera grande y una selección de tazas de lo más ecléctica: de porcelana, plástico, vidrio, cristal - unas sencillas y baratas, otras decoradas, unas caras, otras realmente exquisitas...

Tranquilamente les dijo que escogieran una taza y se sirvieran un poco del café recién preparado.

Cuando lo hubieron hecho, el viejo maestro se aclaró la garganta y con mucha calma y paciencia se dirigió al grupo:

Se habrán dado cuenta de que todas las tazas que lucían bonitas se terminaron primero y quedaron pocas de las más sencillas y baratas; lo que es natural, ya que cada quien prefiere lo mejor para sí mismo.

Ésa es realmente la causa de muchos de sus problemas relativos al 'stress.' Continuó:

'Les aseguro que la taza no le añadió calidad al café. En verdad la taza solamente disfraza o reviste lo que bebemos. Lo que ustedes querían era el café, no la taza, pero instintivamente buscaron las mejores. Después se pusieron a mirar las tazas de los demás.

Ahora piensen en esto: La vida es el café.

Los trabajos, el dinero, la posición social, etc. son meras tazas, que le dan forma y soporte a la vida y el tipo de taza que tengamos no define ni cambia realmente la calidad de vida que llevemos.

A menudo, por concentrarnos sólo en la taza dejamos de disfrutar el café.

¡Disfruten su café!

La gente más feliz no es la que tiene lo mejor de todo sino la que hace lo mejor con lo que tiene; así pues, recuérdenlo:

- * Disfruten cada instante de su vida
- * No se mortifiquen por lo que no tienen o no pueden cambiar.
- * Tengan paz
- * Inviertan en sus riquezas espirituales.
- * Hagan de su vida una fiesta cada día.
- * Visualicen 10 minutos cada día lo bueno que quieren ver en su vida.

El resto déjenselo a Dios. Y recuerden que: la persona más rica no es la que tiene más sino la que necesita menos ...DISFRUTA TU CAFÉ

Te gusto?, Quieres compartirlo? Deseas regalarle 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>

Encuentra mas caricias para el alma en:
<http://www.enplenitud.com/V2areas.ASP?areaid=8>

Recomendados

Clasificados gratis

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

Tarjetas y postales gratis

<http://www.enplenitud.com/selectpostal.asp>

Imperdibles

Becas de hasta 2000 euros

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

Personales gratis

<http://personales.enplenitud.com>

[Suscribirse !\[\]\(870f5d5e9c0d57485634be3ecf52f3ca_img.jpg\)](#)

[Eliminar !\[\]\(4fe57c3593bf1b21d272ae7ac8dfaf77_img.jpg\)](#)

[Cambiar de email !\[\]\(0d5ec72f61334709c3fc9450209b754f_img.jpg\)](#)

[Version resumida !\[\]\(b792654f2cef9719eabeb6c5be00811e_img.jpg\)](#)

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/> 2001-2009. 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/>